

Tiia Komppa, Heidi Nilimaa

Luova taidetoiminta osana vanhustyötä

Taidepajatoiminnan mahdollisuudet vanhusten arjessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Geronomi

Vanhustyön koulutusohjelma

Opinnäytetyö

31.10.2016

Tekijät	Tiia Komppa, Heidi Nilimaa
Otsikko	Luova taidetoiminta osana vanhustyötä
Sivumäärä Aika	37 sivua + 3 liitettä 31.10.2016
Tutkinto	Geronomi AMK
Koulutusohjelma	Vanhustyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Vanhustyö
Ohjaaja	Lehtori Tuula Mikkola
<p>Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä suunniteltiin ja järjestettiin luovat taidepajat ikäihmisille. Taidepajoja pidettiin kolme kertaa ikäihmisten pienryhmässä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä aineistoa hankittiin käytännön toiminnan kautta. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Kohti luovaa arkea - tutkimus- ja kehittämishankkeen sekä Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiön kanssa. Opinnäytetyössä perehdyttiin teoreettisesta näkökulmasta kulttuuriseen vanhustyöhön, taiteen ja luovuuden soveltamiseen vanhustyössä.</p> <p>Työssä tarkastellaan taidelähtöisen toiminnan arvoa ja tarvetta vanhustyön arjessa sekä ikäihmisten ryhmätoiminnassa. Työn kysymyksien kautta on tarkoituksena saada selville, mitä luova taidetoiminta antaa ikäihmisille yksilöinä ja ryhmässä. Tavoitteena on selvittää, mitä taidetoiminta tuo esiin ikäihmisissä ja millaisia tunteita se heissä herättää. Työn kysymyksiä pyritään selvittämään taidepajoissa tapahtuvan toiminnan, keskustelun ja kysymysten avulla sekä ohjaajien havaintojen pohjalta. Vastauksia pyritään saamaan myös palautteista, ikäihmisten reaktioista ja kokemuksista taidetoiminnan aikana.</p> <p>Taidepajat mahdollistavat ikäihmisille paljon uusia kokemuksia ja hienoja hetkiä. Ohjaajilla on mahdollisuus huomioida, että pienryhmässä jokainen ikäihminen tulee kuulluksi ja ryhmässä voi jakaa halutessaan omia ajatuksia muille ryhmäläisille. Taidepajoissa he saavat mahdollisuuksia kertoa omista elämäkokemuksista ja muistoista toisille ryhmässä. Taidepajoissa kohdataan myös erilaisia tunnelmia.</p> <p>Taidepajat antoivat mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen ryhmäläisten kesken. Taidepajoissa ikäihmisissä heräsi esiin luovuutta, erilaisia taitoja ja mielikuvitusta. Kaikista kolmesta taidepajasta nousi esille vahvasti kodin merkitys.</p>	
Avainsanat	Kulttuurinen vanhustyö, taidepajat, ikäihmiset, taidetoiminta

Authors	Tiia Komppa, Heidi Nilimaa
Title	Creative Artwork in Elderly Care
Number of Pages Date	37 pages + 3 appendices Autumn 2016
Degree	Bachelor of Social Services and Health Care
Degree Programme	Elderly Care
Specialisation option	Elderly Care
Instructor	Tuula Mikkola, Senior Lecturer
<p>This thesis is a functional project which was planned and arranged for a small group of elderly people. The thesis was a creative process which included three inventive art workshops. In a functional thesis materials are collected from real life practice. The co-partner for our thesis was Towards creativeness in every day life- research and development project and also Ilmari Helander's Elderly Association. The theoretical aspect was based on cultural elderly care, art and bringing artistic creativity into elderly care.</p> <p>Value of function, the need of art based elderly care and elderly's group activity are studied in this thesis. Through thesis questions the purpose was to find out what creative art function gives for elderly people as individuals and in groups. This project's goal was to find out also what kind of emotions and feelings old people were experiencing in art workshops. The activities, conversations and instructors' experiences the art workshops are reflected in this thesis. Thesis' questions and answers are based on the collected material from the art workshops.</p> <p>The art workshops made it possible for the elderly to experience new moments and participation. As instructors we paid special attention to the old people's own voice, so everyone in the group could be heard when necessary. The group members in art workshops had a chance to tell their own stories from their lives for the other group members who experienced a wide range of feeling in the art workshops.</p> <p>The art workshops gave a chance for social interaction between the group members. The workshops brought up creativity, different skills and imagination in elderly people. In all three art workshops the meaning of home emphasized.</p>	
Keywords	elderly care, functional thesis, art workshops, group activity

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Työelämäyhteistyö	3
2.1	Kohti luovaa arkea – tutkimus- ja kehittämishanke	3
2.2	Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiö	4
3	Kulttuuri ja taide vanhustyössä	5
3.1	Kulttuurinen vanhustyö	5
3.2	Kulttuurin ja taiteen vaikutuksia hyvinvointiin	8
3.3	Luovan taidetoiminnan ja kuvallisen ilmaisun mahdollisuudet vanhustyössä	11
4	Opinnäytetyö	13
4.1	Työn tavoitteet ja kysymykset	13
4.2	Eettisyys, aineiston kerääminen ja arviointi	14
4.3	Taidepajojen suunnittelu	16
5	Taidepajojen toteutus	18
5.1	Taidepajakerrat	18
5.1.1	Lapsuuden kotiseutumaisema	18
5.1.2	Nuoruuden kulta-aika	20
5.1.3	Aikuisuuden muistelu	22
5.2	Taidepajojen arviointia	24
6	Johtopäätökset	28
7	Pohdinta	33
	Lähdeluettelo	36
	Liitteet	
	Liite 1. Saatekirje	
	Liite 2. Tutkimuslupa-anomus	
	Liite 3. Taidepajojen tuotokset kuvina	

1 Johdanto

Kulttuuri on läsnä ihmisen jokapäiväisessä arjessa ja elämässä, ilman että sitä aina edes tiedostetaan. Ihminen voi ajatuksillaan, toiminnallaan ja teoillaan luoda kulttuuria. Kulttuuria on määritelty lukemattomia kertoja erilaisin merkityksin. Se voi olla ihmisen muokkaamaa, mikä muuttuu jatkuvasti ajan saatossa. Kulttuurin käsitteeseen lukeutuu myös taide, joka on ihmisen ilmaisemaa ja tuottamaa luovuutta. Taiteen historia ulottuu pitkälle useiden vuosisatojen taakse. Voi jopa kuvitella, että taidetta on ollut niin kauan kuin ihmisiä, vaikka taidetta ei ole välttämättä silloin luotu ja koottu näkyväksi. Ihmisellä on luonnollisesti tarve luovuuteen, vaikka jokainen ei aina koe sitä ominaisena tai tärkeänä itselleen. (Kupiainen – Sevänen 1996: 7, 13.) Kulttuurisia kokemuksia voi tuoda osaksi elämää ja arkea iästä huolimatta, sillä kulttuuriset kokemukset yhdistävät ihmisiä yhteen sekä mahdollistavat elämyksiä.

Kulttuurin vaikutuksesta ikäihmisten hyvinvointiin on olemassa tutkimuksia, jotka todistavat sen myönteisiä vaikutuksia. Markku T. Hyyppä on tutkinut työryhmänsä kanssa Suomen koko väestön näkökulmasta sosiaalista aktiivisuutta, kulttuurisia vapaa-ajan harrastuksia suhteessa elinikään. Tutkimuksessa arvioitiin, miten sosiaalinen ja aktiivinen osallistuminen erilaiseen kulttuuriseen harrastustoimintaan vaikuttaa kuolleisuuteen. Tutkimuksen valossa selvisi että, aktiivisemmin erilaisiin kerhoihin ja yhdistystoimintaan osallistuvat sekä kulttuuria harrastavat ihmiset elävät pidempään kuin näitä vähemmän harrastavat. (Hyyppä 2013: 21.)

Kulttuurin ja taiteen avulla voidaan vaikuttaa myönteisesti ihmisen yksilölliseen sekä yhteisölliseen hyvinvointiin. Taide tuo ihmisiä yhteen ja elävöittää ympäristöä. Taiteen avulla ihminen voi ilmaista itseään ja tehdä valintoja elinympäristöstä riippumatta. Hyödyntämällä taidetta voidaan herättää mielikuvia ja sitä kautta keskustelua aiheista, joilla on emotionaalista merkitystä ihmiselle itselleen. (Liikanen 2004: 63, 68.) Kulttuurikokemusten ja taiteellisten menetelmien avulla voidaan koskettaa yksilön sisintä.

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Kohti luovaa arkea -hankkeen sekä Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiön kanssa, jotka esitellään seuraavassa kappaleessa. Työn taustalla on Kohti luovaa arkea -hankkeen kanssa käynnistetty työelämäyhteistyö. Työn lähtökohdaksi muodostui kulttuuriseen vanhustyöhön perehtyminen. Työssä tarkastellaan kulttuurin sekä taiteen vaikutuksia ihmisiin ja taidelähtöisen toiminnan arvoa vanhustyön

arjessa. Työn aiheena ovat kulttuuriin sisältyvät taide ja luovuus. Tämän työn teoriaosuudessa käsittelemme luovaa taidetoimintaa ja kuvallista ilmaisua.

Geronomilla on asiantuntija- ja ohjausosaamista, jota voi hyödyntää kulttuurisen vanhustyön kehittämisessä. Kulttuuri- ja vanhustyön ammattilaiset muodostavat yhdessä asiantuntevan tiimin, joiden välisen yhteistyön sekä osaamisen yhdistäminen ovat arvokasta. Kulttuurinen vanhustyö on aiheena ajankohtainen, sillä vanhustyön arkeen pyritään lisäämään enemmän luovia menetelmiä ja toimintatapoja. Ikäihmisille suunnattuja palveluita pyritään kehittämään ja kulttuurisia toimintamenetelmiä halutaan hyödyntää vanhustyön arjessa. Kulttuurisella toiminnalla on paljon tarjottavaa ikäihmisille ja uusia kokemuksia tulee mahdollistaa osaksi vanhustyön arkea.

Opinnäytetyömme on toiminnallinen työ, joka toteutetaan ikäihmisille järjestettävänä luovana pienryhmätoimintana. Toiminnallinen työ sisältää luovien taidepajojen suunnittelua ja järjestämistä ikäihmisille. Opinnäytetyön suoranaisten hyöty kohdentuu ikäihmisiin, jotka osallistuvat luovaan taidetoimintaan. Opinnäytetyön tarkoitus on selvittää, mitä luova taidetoiminta antaa ikäihmisille yksilöinä sekä ryhmässä. Opinnäytetyön tavoitteina on selvittää, mitä luova taidetoiminta tuo esille ikäihmisissä ja mitä se antaa heille. Taidepajatoimintaa järjestettäessä haluamme saada tietoa myös siitä, millaisia tunteita se ryhmäläisissä herättää.

2 Työelämäyhteistyö

2.1 Kohti luovaa arkea – tutkimus- ja kehittämishanke

Opinnäytetyön työelämäkumppani on tutkimus- ja kehittämishanke: Kohti luovaa arkea - kulttuurinen vanhustyö asiakaslähtöisessä toimintakulttuurissa. Tutkimuksen toteuttaa Metropolia ammattikorkeakoulu yhteistyössä Helsingin kaupungin kanssa. Tutkimuksen johtajana toimii Laura Huhtinen-Hildén ja tutkijoina ovat Anna Puustelli-Pitkänen sekä Pia Strandman-Suontausta. Hankkeessa tehdään yhteistyötä Helsingin kulttuurikeskusten kanssa. Tutkimuksessa kerätään tietoa ja kokemuksia kulttuurisesta vanhustyöstä. Aineistoa hankitaan haastatteluiden, havainnoinnin ja eri tilanteista kerättyjen dokumenttien avulla. (Huhtinen-Hildén 2015.) Hankkeen tutkija Anna Puustelli-Pitkänen toimii työn yhteyshenkilönä, jonka kanssa tehdään yhteistyötä työn eri vaiheissa.

Kohti luovaa arkea -tutkimuksessa pyritään ymmärtämään kulttuuria asiakaslähtöisessä vanhustyön toimintaympäristössä. Ymmärrystä haetaan osallistavaan musiikki - ja taide-toimintaan sekä luovuuden näkökulman merkitykseen vanhustyössä. Tutkimuksessa saatua tietoa ja kokemuksia analysoidaan, jotta voidaan saada pysyviä käytännön malleja vanhustyön arkeen. Tutkimushankkeen avulla pyritään luomaan uusia mahdollisuuksia ja menetelmiä vanhustyön kulttuuriseen arkeen. Tutkimushankkeeseen osallistuu vanhustyön eri toimijoita, kuten esimiehiä, työntekijöitä ja asiakkaita. (Huhtinen-Hildén 2015.)

Työelämän toiveena oli, että selvittäisimme, minkälaisia kulttuurisia ja luovia menetelmiä on olemassa vanhustyön arjessa. Työelämätahon kanssa käytiin keskustelua yhteistyöstämme ja jatkosuunnitelmista työn suhteen. Tarkoituksena oli etsiä myös toinen työelämäkumppani, missä toiminnallinen työ käytännössä toteutetaan. Hankimme toisen työelämäkumppanin kyselyjen avulla ja lopullinen vahvistus oli tarkoitus saada viimeistään joulukuussa 2015.

2.2 Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiö

Työelämän yhteistyökumppanina oli Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiö. Toteutimme opinnäytetyömme Etelä-Haagan Helander-kodissa ja yhteyshenkilönä toimi palvelutalon johtaja Rina Salminen, jonka tapasimme joulukuussa 2015. Tapaamisen aikana sovimme opinnäytetyön lopullisen toteutuspaikan ja, että tulemme toteuttamaan opinnäytetyön keväällä 2016. Laadimme tammikuun alussa vapaamuotoisen tutkimuslupa-hakemuksen (kts. liite 2), jonka lähetimme palvelutalon johtajalle hyväksyttäväksi. Saimme luvan opinnäytetyön toteuttamiseen helmikuussa 2016 Haagan Helander-kodista.

Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiön taustalla on liikemies Ilmari Helander (1882–1972), joka halusi antaa omaisuutensa hyvään tarkoitukseen, josta lähti säätiön perustaminen. Säätiön ajatuksena on tukea helsinkiläisiä vanhuksia palvelukotien avulla. Säätiön ensimmäinen palvelukoti perustettiin Etelä-Haagaan. Sen toiminnan arvoja ovat vanhusten arvostaminen, yksilöllisyyden kunnioittaminen ja kohtaamiseen sekä virikkeellisyyteen panostaminen. Säätiössä pidetään tärkeinä asioina kuntouttavaa työtettä, läsnäoloa, yhdessä suunnittelua ja turvallista asumista. (Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiö 2016.)

Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiön palvelukoteja kutsutaan Helander-kodeiksi, jotka sijaitsevat Helsingissä Etelä-Haagassa, Maunulassa ja Vuosaarella. Palveluasumisen lisäksi kyseisellä säätiöllä on ryhmäkoti muistisairaille niin Maunulassa kuin myös Haagassa, jossa on myös tehostetun palvelun ryhmäkoti vanhuksille. Palvelukotien asukkaiden arjesta huolehtii henkilökunta ympäri vuorokauden ja saatavilla on myös fysioterapeutin, parturikampaajan sekä jalkahoitajan palveluita. Palvelukodeissa järjestetään monipuolisesti erilaista harrastustoimintaa ja asukkaiden käytössä on myös kirjasto, kuntosali sekä yhteisiä oleskelutiloja. (Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiö 2016.) Haagan Helander-kodissa oli aistittavissa kodikas tunnelma, mikä näkyi sisustuksessa ja luonnon läheisyydessä.

Otimme keväällä 2016 yhteyttä Helander-kodin tiimiesimieheen ja sovimme tarkemmin kaikista käytännön järjestelyistä sekä tilojen käytöstä. Lähetimme työyhteisöön saatekirjeen, jotta henkilökunta ja omaiset saavat tiedon opinnäytetyöstä sekä taidepajoista. Kävimme vielä tutustumassa työyhteisöön ennen taidepajojen järjestämistä.

3 Kulttuuri ja taide vanhustyössä

3.1 Kulttuurinen vanhustyö

Kulttuurinen vanhustyö kuvaa sitä kehitystyötä, jota tehdään vanhustyön yhteisöissä sekä ympäristöissä, kun erilaisia kulttuurisia työtapoja tai luovia menetelmiä halutaan tuoda osaksi ikäihmisten arkea. Työmenetelminä nähdään luovien työtapojen soveltamista osaksi vanhustyön arkea, jota voi toteuttaa käytännössä niin vanhustyön kuin taidealan ammattilaiset. Yhdessä nämä ammattilaiset parhaimmillaan pystyvät yhdistämään osaamisensa, joka mahdollistaa luovien taidetoimintojen soveltamisen vanhustyön arkeen sopivaksi. Kulttuurisen vanhustyön kehittäminen voi sisältää yhteisen osaamisen jakamista toisille, ammattialojen osaamisen kehittämistä tai täydennyskoulutuksien lisäämistä. (Huhtinen-Hilden 2013: 9.) Kulttuurin muutos on koko ajan tapahtuvaa kehitystä ja arjen työn kehittämistä. Siihen liittyy myös uusien työtapojen oppimista tai jo olemassa olevien käytäntöjen ylläpitoa.

Kulttuurista vanhustyötä on vienyt eteenpäin Osaattori -hanke, joka sai alkunsa Taidetta ikä kaikki -selvityksen ja EU-hankerahahakemuksen sekä sille myönnetyn hankerahoituksen myötä. Hankkeessa haluttiin vaikuttaa taitelijoiden ja vanhustyön ammattilaisten täydennyskoulutuksiin luovien menetelmien suhteen sekä tuoda ammattitaitelijoiden osaamista vanhustyöhön kokeilujaksojen avulla, että mahdollistaa neljän eri kaupungin välistä yhteistyötä. Osaattori -hanketta toteutettiin Helsingissä, Lahdessa, Jyväskylässä ja Turussa, joihin oli tarkoituksena luoda verkostoja sosiaali- ja terveysalan sekä kulttuurialan toimijoiden välille. (Lehko 2013: 12–13.)

Osaattori -hanke on yksi kehitysaskel kohti kulttuurisen vanhustyön muutosta, minkä jälkeen voidaan suunnitella seuraavia askeleita. Osaattori -hankkeen kautta nähtiin tärkeänä jakaa niin hyvät kuin huonot kokemukset, sillä molemmat ovat yhtä tärkeitä oppimisen kokemuksia. Hankkeen myötä koettiin tärkeänä ymmärryksen ja koulutuksien lisäämistä vanhustyön ammattilaisille sekä verkostojen toimivuuden kehittämistä. Kulttuurisen vanhustyön muutoksien vieminen osaksi vanhustyötä vie aikaa mutta hankkeiden avulla käytännön kokeilut pystytään toteuttamaan nopeammin. Vanhustyössä saatetaan kokea vahvoja vastakkaisia asenteita, mikäli kulttuurisen toiminnan vaikutuksista ei ole

kokemusta tai tietoa. Vanhustyössä tarvitaan entistä enemmän avoimuutta ja uuden kokemisen innostusta, mikä osaltaan luo kulttuurisia muutoksia arjen työssä. (Lehko 2013: 16, 21.)

Taidelähtöisten menetelmien käyttäminen Suomessa on kasvanut 1990-luvulta lähtien etenkin sosiaali- ja terveysalalla. Taidemenetelmiä on tuotu esille taideprojektien avulla ja kohderyhminä ovat olleet pääosin asiakkaat. Tavoitteena on ollut ehkäistä syrjäytymistä sekä lisätä osallisuutta, toiminta- ja työkykyä. (Rönkä – Kuhalampi 2011: 10.)

TAIKA-hanke toteutettiin vuosina 2008–2011. Hankkeen tarkoituksena oli selvittää, millä tavalla taiteen ja työelämän yhteistyötä voisi edistää suomalaisessa työkulttuurissa. (Rönkä – Kuhalampi 2011: 10.) Kyseisessä hankkeessa toimi laaja yhteistyöverkosto, joka sisälsi monia yliopistoja sekä ammattikorkeakouluja. TAIKA-hankkeessa pyrittiin kehittämään taidelähtöisiä menetelmiä osaksi työyhteisöjen erilaisia tarpeita, lisäksi tukemaan työhyvinvointia ja työyhteisötaitoja sekä virkistymistä. Hankkeessa taidelähtöisiä menetelmiä kehitettiin työpajatoiminnassa. (Haapala 2011: 7.)

Suomessa toteutettiin Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelma vuosina 2010–2014, joka toteutettiin Hanna-Liisa Liikasen johdolla. Toimintaohjelman taustalla nähtiin tärkeänä lisätä taidetta ja kulttuuria osaksi Sosiaali- ja terveysalaa sekä kehittää toimintatapoja pysyviksi käytännöiksi. Tämä toimintaohjelma toimi osaltaan innostajana ja muutoksen viejänä eteenpäin vanhustyön saralla. Erilaisista hankkeista saatujen tietojen ja kokemusten avulla pyrittiin löytämään hyviä ratkaisuja sekä keinoja kehittämään toimintaa. (Röselöf 2014: 4.)

Vanhustyön ympäristöissä on herännyt huoli siitä, etteivät erilaiset hankkeet jää elämään vahvasti käytäntöön ja osaksi arjen toimintaa. Tämä aiheuttaa hanketyöntekijöiden keskuudessa turhautumista, kun toimintaa ja kehittämistä aloitetaan aina uudestaan alusta lähtien. Tästä syntyi Rakenteita ratkomassa -selvitys, johon on kerätty tietoa eri puolella Suomea järjestetyistä hankkeista ja toimintamalleista. Selvityksessä tavoiteltiin kartoitusta ja tiedon keruuta etenkin sellaisesta taidetoiminnasta, mikä on jäänyt osaksi vanhusten palveluita hankkeen päättymisen jälkeenkin. Kulttuurin ja taidealan ammattilaiset ovat kokeneet tämän tiedon keruun tarpeellisenä, sillä he kokevat työskentelyn olevan hyvin yksinäistä, minkä vuoksi kokemusten jakaminen tuntuu hyvältä vertaistuelta. (Röselöf 2014: 4.) Työyhteisön tuki on tärkeää uusien ideoiden työstämisessä ja käytännön arjen kehittämisessä.

Hyvien käytäntöjen ja toimintamallien jakaminen muille mahdollistaa niiden käyttöönottamista laajemmassa mittakaavassa. Näin niitä voidaan soveltaa omassa työyhteisössä omien tarpeiden mukaisesti. Työntekijän tulee olla kiinnostunut aiheesta ja arjen kehittämisestä, jotta hyvät käytännöt ja toimintatavat voivat jäädä elämään työyhteisössä.

Ikäihmisten taide- ja kulttuuripalveluita tuottavat monet eri tahot sekä yhteistyökumppanit. Näitä ovat mm. valtion kulttuurilaitokset ja kuntien kulttuuripalvelut, jotka ovat kaikkien saatavilla (mm. kirjasto, museot, teatteri). Sosiaali- ja terveysalalla työskentelee eri alan ammattilaisia, joita ovat mm. hoitohenkilökunta, taideterapeutit ja viriketoiminnan ohjaajat sekä fysio- ja toimintaterapeutit. Taide- ja kulttuuripalveluita toteuttavat myös luovan alan ammattilaiset, oppilaitokset, vapaaehtoiset sekä erilaiset järjestöt. (Rösenlöf 2014: 5.) Vanhustyyössä vapaaehtoistoiminnalla, järjestötyöllä ja verkostotyöllä on merkittävä rooli esimerkiksi erilaisen toiminnan järjestämisessä.

Taidetta ja kulttuuria on tuotu sekä tuodaan koko ajan enemmän hoitolaitosympäristöihin. Taide voi parhaimmillaan herättää ikäihmisissä esille erilaisia tunteita ja muistoja. Usein hoitolaitokset mielletään pelkkinä valkoisina seininä, mutta taidetta tuotaessa käytäville, auloihin ja huoneisiin, tiloista tulee paljon viihtyisämpiä. Ympäristön monimuotoisuudella masentuneisuus ja vaivat voivat vähentyä, jolloin toimintakyky voi parantua. Taide ja kulttuuri voivat näkyä muun muassa seinillä olevilla maalauksilla sekä musiikin soidessa yhteisissä tiloissa. (Routasalo – Toivonen – Rautiainen 2013: 10–14.) Taideteokset ja musiikki saa ikäihmisen kiinnostumaan ympäristöstä eri tavalla, sillä ne herättävät mielenkiinnon sekä saavat ihmisen liikkeelle. Luovat menetelmät, taide ja kulttuuri vaikuttavat positiivisesti ikäihmisten hyvinvointiin.

Usein hoivaympäristössä kaikilla vanhuksilla ei ole mahdollisuutta päästä ulkopuolella järjestettäviin erilaisten kulttuuri- ja taide-elämysten pariin. Tämän vuoksi yhtenä keinona voidaan mahdollistaa kulttuurin ja taiteen tuominen osaksi hoivan sekä ikäihmisten asumisen yhteisöjä. Kun kulttuuria ja taidetta tuodaan ikäihmisten arkeen, näille on hyvä löytää luonnollisia tilaisuuksia sekä toimintatapoja, jotta kokemukset voivat olla rikastuttavia. Taiteen ja kulttuurin avulla ikäihmisillä on mahdollisuus muisteluun, itsensä ilmaisuun ja uusien kokemusten löytämiseen. Oikeanlainen luova tapa, taiteellinen ilmaisu-keino tai kulttuurinen toiminta mahdollistaa parhaillaan näitä kaikkia edellä mainittuja asioita. (Routasalo – Toivonen – Rautiainen 2013: 12–14.)

Taidetoiminta vahvistaa ikäihmisen identiteettiä, toimijuutta ja toimintakykyisyyttä. Taiteen avulla ikäihmiset pääsevät toteuttamaan itseään ja he saavat mahdollisuuden taiteen sekä kulttuurin luomiseen. Vanhustyön ammattilaisten on tärkeää nähdä ikäihminen aktiivisena toimijana, jolla on mahdollisuus kokea sekä oppia uutta iästä riippumatta. Ikäihmisillä on myös oikeus valita, haluaako osallistua luovaan toimintaan, sillä kaikki ei koe sitä itselleen tärkeäksi toiminnaksi. Vanhustyön ammattilaisilla on myös mahdollisuus oppia uutta taidetoiminnasta ja erilaisten luovien menetelmien hyödyntämisestä vanhustyön arjessa. (Rösenlöf 2014: 5–7.)

Vanhustyön ympäristöissä on herätty ajatukseen, että arkeen tarvitaan muutakin kuin hoidollista näkökulmaa. Tämän vuoksi kulttuurinen vanhustyön kehittäminen on ajankohtaista ja tarpeellista, jotta löydetään uusia luovia toimintatapoja tai vahvistetaan jo käytössä olevia menetelmiä. Henkilökunnalle voi järjestää lisäkoulutuksia taiteen ja kulttuurin alueelta. Näin ollen hoitohenkilökunta rohkaistuu hyödyntämään erilaisia luovia työskentelytapoja ja toteuttamaan niitä. Luova toiminta edistää henkilökunnan työhyvinvointia, tuo vaihtelua päiviin ja vapauttaa työilmapiiriä. (Rösenlöf 2014: 10–11.)

3.2 Kulttuurin ja taiteen vaikutuksia hyvinvointiin

Kulttuurin ja taiteen kokemukset yhdistävät ihmisiä. Tällaiset yhteiset kokemukset ja elämykset luovat yhteistä henkeä, mikä taas on osa yksilön sosiaalista hyvinvointia ja terveyttä. Taide mahdollistaa yhteisiä elämyksiä, johon sisältyy myös vuorovaikutuksellisia ominaisuuksia. Kulttuurin ja taiteen kokemukset herättävät hyviä tunteita. Kulttuuriset elämykset tuntuvat ihmisen kehossa ja mielessä, näitä ei pysty erottamaan toisistaan. Yksilön tunnekokemuksiin vaikuttavat ympäristön ja vuorovaikutuksen merkitys sekä yksilöllinen tausta. Taide-elämykset voivat herättää empatiaa, kun se koskettaa ihmistä tai siihen voi samaistua henkilökohtaisella tavalla. (Hyyppä – Liikanen 2005: 36, 54, 56.)

Kulttuuristen kokemusten aktiivisella käytöllä ja taideharrastuksilla on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia terveyteen. Ruotsalaiset tutkimukset ovat osoittaneet että, kulttuurin harrastajat elävät pidempään kuin väestö, joka ei harrasta kulttuuria. Suomessa on tutkittu koko väestöä ja tutkimuksen avulla selvisi että, harrastuksiin aktiivisesti osallistuvilla henkilöillä elinvuodet voivat lisääntyä. Aktiivinen harrastaminen voi olla muun muassa musiikkiin, teatteriin, kirjallisuuteen, elokuvaan tai käsityöhön liittyvää toimintaa. Kulttuuri- ja taideharrastukset liittyvät osaltaan sosiaaliseen pääomaan, mikä kuvaa yk-

silön sosiaalisia verkostoja ja yhteisöjä, joihin hän kuuluu. Kulttuurinen toiminta ja harrastukset sisältyvät myös luonnostaan vanhemman väestön ja yhteisöjen elämäntapoihin. (Hyypä – Liikanen 2005: 86.)

Moni ikäihminen asuu tänä päivänä vakituisesti erilaisissa hoivaympäristöissä. Hoitoyhteisöllä on velvollisuus antaa ikäihmisille mahdollisuus luoviin elämyksiin, samalla tukien yksilön omaa kulttuuritaustaa. Taide ei saa olla pakotettua ja väkinäistä, vaan sen täytyy lähteä ihmisestä itsestään, jotta taiteella olisi vapauttava ja harmoninen vaikutus. Luovassa taidetoiminnassa yksilöllä voi tulla yllättäen syvällisiä ajatuksia omasta elämästä, koska taiteen kautta ihminen voi tarkastella omaa muuttunutta elämäntilannetta. Taiteen avulla on mahdollista saada myös esteettisesti kauniita kokemuksia, joista yksilö pääsee kokemaan. (Hyypä – Liikanen 2005: 105, 107.)

Taidelähtöisellä työotteella pyritään edistämään hyvinvointia, terveyttä ja toiminnallisuutta sekä tukemaan toimintakykyisyyttä sekä itsetuntemuksen kasvua. Taidelähtöistä työskentelyä voidaan muuntaa ja soveltaa erilaisiin tarpeisiin sekä erilaisille ryhmille sopivaksi. Sosiaali- ja terveysalan eri asiakasryhmien parissa työskennellessä korostuvat ohjaajan osaaminen, ammattitaito ja tausta. Hoivayhteisöissä taidelähtöisellä toiminnalla on suuri merkitys, koska erilaiset tapahtumat piristävät arkea ja voimaannuttavat asiakkaita sekä henkilökuntaa. (Nieminen 2011: 35.)

Arjen myllerryksessä taiteella voi olla voimaa antava vaikutus. Taiteellisen hetken täytyy olla kiireetön ja rauhallinen, koska muuten luovuus ei voi päästä täysin valloilleen. Voimakkaat elämykset aktivoivat mieltä, jolloin voimme liikkua erilaisissa mielen maisemissa ja irtautua hetkeksi arjesta. (Hyypä – Liikanen 2005: 104–105.) Hoito- ja hoivaympäristöissä arki on usein kiireellistä ja aikaa ei tunnu löytyvän ylimääräiselle toiminnalle. Se tuo haasteellisuutta taiteellisten kokemusten järjestämiseen ja niihin keskittymiseen.

Monet ihmiset tarvitsevat edellytyksenä hyvälle elämälle kulttuuria ja taiteellisia elämyksiä. Syitä niiden kokemiselle ovat muun muassa arjesta irrottautuminen, harrastukset tai elämysten kokemus. Esimerkiksi erityisesti vanhempi naissukupolvi on tuonut omaa kädentäjänsä näkyville räsymattoihin, kun he ovat sommitelleet niihin kauniita värejä ja aikansa läpi käyneitä räsykappaleita. Näin jostain vanhasta on tullut jotain uutta ja kaunista, kun räsykankaiden palaset ovat kangaspuissa syntyneet aivan uuteen muotoon. (Hyypä – Liikanen 2005: 107.)

Vuosia sitten Ruotsissa tehtiin vertailu vanhusten talon asukkaiden keskuudessa. Vanhusten talossa oli kaksi kerrosta, joista toisessa harrastettiin aktiivisesti yhdessäolon muotoja mm. kuorolaulua. Kyseisessä toisessa kerroksessa ikäihmiset voivat paremmin kuin kerroksessa, jossa ei ollut yhteistä toimintaa. Toisen kerroksen asukkailla stressi-hormonit olivat myös tasapainossa. Tämä vertailu osoitti, että kuorolaulu edisti ikäihmisten hyvinvointia vanhusten talossa. Myös Suomessa on todettu, että pohjanmaalla asuvalla ruotsinkielisen naisväestön kuorolaulun harrastamisella on ollut merkittäviä vaikutuksia hyvään terveyteen. (Hyypä – Liikanen 2005: 92.)

Musiikilla on todettu olevan vaikutuksia ihmisen hermostoon, esimerkiksi Mozartin musiikki parantaa ihmisen tilanhahmotuskykyä. Musiikki vaikuttaa myönteisesti kivun tuntemuksiin, suorituskyykyyn ja elimistön sydämen sykkeeseen ja verenpaineeseen. Toimenpiteiden aikana voidaan laittaa musiikkia taustalle soimaan rauhoittaakseen potilasta. Sairaalaympäristöissä ihmiset ovat kokeneet taiteen ja musiikin myönteiseksi ilmapiirin kannalta. (Hyypä – Liikanen 2005: 146.) Vanhusten hoivayhteisöissä musiikilla voi luoda tunnelmaa ja hyvää ilmapiiriä. Musiikilla voi olla rentouttava vaikutus. Musiikkivallinnoilla on kuitenkin yksilölliset vaikutukset, koska jokaisella on erilainen musiikkimaku.

Vaikka ihminen voi vanhetessaan sairastua muistisairauteen, niin kyky vastaanottaa taidetta eri muodoissa säilyy. Vuorovaikutustaitojen heikentyminen piilottaa alleen mielen sopukoista löytyvät voimavarat ja taiteen vaikutuksen muistin herättämiselle. (Hyypä – Liikanen 2005: 146–149.) Musiikki voi tuoda esille vanhoja taitoja ja muistoja, jotka ovat olleet ikäihmisille tärkeitä. Musiikki voi vaikuttaa ihmiseen toimintakyvystä huolimatta sellaisella tavalla mitä ei voi välttämättä edes tiedostaa ulkopuolisen silmin.

Arts in Hospital -hanke syntyi vuonna 1990 YK:n ja Unescon yhteistyönä kulttuurikehityksen vuosikymmenen aloitteena. Sen tavoitteena oli lisätä hoitolaitosympäristöjen viihtyvyyttä ja yhtenäistää taide- ja kulttuuritoiminta yhdeksi osaksi hoitotyötä, kuntoutusta ja työmenetelmiä. Hanna-Liisa Liikanen on tutkinut väitöskirjassaan kuinka paljon ja millaista taidetoimintaa löytyy neljän sosiaali- ja terveysalan hoitoyksiköistä. Hänen haastatteluaineisto koostui asiakkaista, hoitohenkilökunnasta ja lääkäreistä. Tutkimuksen avulla hän löysi neljä hyvinvointiin vaikuttavaa tekijää: taide antaa elämyksiä ja nautintoja, taiteella ja kulttuurilla on yhteys hyvän elämän kokemiseen, taideharrastukset synnyttävät erilaisia verkostoja, joiden avulla elämänhallinta paranee, ja lisäksi taide lisää hoitoympäristöjen esteettistä mielekkyyttä. (Väitöstiivistelmät 2003.)

Kulttuuri- ja taidetoiminta vaikuttavat ihmisen terveyteen sekä hyvinvointiin. Kulttuurin ja taiteen keinoin voidaan parantaa yksilön hyvän elämän kokemuksia. Taidekokemukset luovat uusia elämyksiä ja mahdollistavat sosiaalisia yhdessä olon hetkiä. Kulttuuri- ja taidekokemukset voivat vaikuttaa myönteisesti yhteisön sekä ympäristön viihtyvyyteen. Viihtyisä ympäristö voidaan luoda yhdessä esimerkiksi kauniin sisustuksen avulla. Yhteisöissä on hyvä huomioida ikäihmisten toiveita arjen ja ympäristön suunnittelussa. Kulttuurikokemukset luovat yhteisöllisyyttä ja sosiaalisia verkostoja yhteisöissä. Kulttuuri- ja taidekokemuksilla voi olla vaikutuksia myös yksilön kokemuksiin elämänhallinnasta sekä päätöksien tekemisestä. (Hyypä – Liikanen 2005: 111–113.)

3.3 Luovan taidetoiminnan ja kuvallisen ilmaisun mahdollisuudet vanhustyössä

Taidetoiminnalla voi vaikuttaa myönteisesti ihmisen yksilölliseen sekä yhteisölliseen hyvinvointiin. Taide tuo ihmisiä yhteen ja elävöittää ympäristöä. Taiteen avulla ikäihminen voi parhaimmillaan ilmaista itseään ja tehdä valintoja elinympäristöstä riippumatta. Hyödyntämällä taidetta voidaan herättää ikäihmisen mielikuvia ja sitä kautta keskustelua eri aiheista, joilla on emotionaalisia merkityksiä ihmiselle itselleen. (Liikanen 2004: 63, 68.)

Luovassa taidetoiminnassa ja kuvallisessa ilmaisussa voidaan herättää ihmisen aisteja, tunteita, ajatuksia ja mielikuvia luovan toiminnan avulla. Taidetta voi katsella, ihastella tai tehdä myös itse. Luovuus ja taide voi toimia pakokeinona arjen todellisuudesta. Kuvallinen ilmaisu voi tukea elämäkokemusten tai vaikeiden tilanteiden käsittelemistä. Luovassa työskentelyssä voidaan hyödyntää erilaisia materiaaleja ilmaisun elävöittämiseksi, kuten värikkäitä kankaita, maaleja tai esineitä. Taide rikastuttaa ihmisen sisintä, jonka kautta voi vahvistaa yksilöllisiä voimavaroja, vuorovaikutusta, ymmärrystä sekä luovuutta. Taiteen tekeminen ei ole iästä riippuvaista, sillä jokaisella on mahdollisuus olla luova. (Pulkinen 2003: 155–157.)

Vanhustyössä kuvallinen ilmaisu mahdollistaa vuorovaikutuksen syntymistä ja taideprosessiin tutustumista. Ohjaajalla on tärkeä rooli luovuuteen innostamisessa. Tämän vuoksi ohjaajan kannattaa herätellä omaa luovuutta, jotta voi ymmärtää taiteen kokemuksia myös muiden kokemana. Ohjaaja tukee ja kannustaa luovassa ilmaisussa, sekä auttaa löytämään voimavaroja ja vahvuuksia luovan toiminnan avulla. Vanhusten ryhmissä luovan toiminnan tavoitteina voi olla elämänhistorian muisteleminen, kokemusten jakaminen, luovuuden herättely tai yhdessä tekeminen, joka lisää yhteenkuuluvuuden

kokemista. Ikäihmisillä voi olla paljon kerrottavaa elämästään, josta voi löytää paljonkin uusia ulottuvuuksia tai tarinoita. Elämäntarinan muistelussa on tärkeää luoda turvallinen ilmapiiri, jotta jokaisella on luotettava tunne ryhmässä. (Pulkkinen 2003: 157–158.)

Muistelu ja elämäntarinan jakaminen ovat osa ihmisen perusolemusta. Muistojen kautta voidaan vahvistaa omaa minäkuvaa ja kokemusta siitä kuka on ja mistä tulee. Muistot vahvistavat omia tunteita ja merkityksiä omasta elämästä. Luovaan taidetoimintaan sisältyy paljon sanatonta viestintää, ilmeitä ja eleitä sekä hiljaista kokemusta, jota voi jokainen aistia ryhmässä. (Pulkkinen 2003: 159.) Muistelu voi olla ohjattua tai se voi tapahtua arjessa jonkin toiminnan kautta. Muistelussa on olennaista vuorovaikutteinen keskustelu.

Luova taidetoiminta mahdollistaa parhaimmillaan voimaantumista ja yhteisiä kokemuksia, jotka herättävät onnistuessaan erilaisia tunteita. Ikäihmisillä on yksilöllisiä ajatuksia ja näkökulmia taidetoiminnan aikana, joiden jakaminen on luonnollisempaa tutussa ryhmässä. Musiikki, taideteokset ja vanhat esineet yhdistävät samankaltaisesti eläneitä ikäihmisiä yhteen. Eri taidemenetelmien avulla voidaan herätellä muistoja sekä mahdollistaa hyviä kokemuksia. Luovat menetelmät mahdollistavat edelleen merkitysten luomista, vaikka ikäihmisen toimintakyky ja aistit ovat heikentyneet. Ikäihmisillä kosketusaisti säilyy kaikista pisimpään, jota voi hyödyntää esimerkiksi kuvallisessa ilmaisussa. (Routasalo – Toivonen – Rautiainen 2013: 14.) Ikäihmisen heikentynyt toimintakyky ei estä taidekokemuksien mahdollisuuksia koska taidetoimintaa voi muokata ikäihmisten tarpeisiin sopivaksi toiminnaksi.

4 Opinnäytetyö

4.1 Työn tavoitteet ja kysymykset

Olemme molemmat olleet opiskeluaikana kiinnostuneita siitä, kuinka luovaa taidetoimintaa hyödynnetään vanhustyössä ja millaisia vaikutuksia sillä on ikääntyneisiin ihmisiin. Opinnäytetyömme lähtökohtana on kulttuurinen vanhustyö. Aluksi tarkastelimme monipuolisesti kulttuuriseen vanhustyöhön liittyvää kirjallisuutta kulttuurin historiasta, taide-toiminnasta ja tutkimuksista sekä käytännöistä osana moninaista vanhustyön kenttää.

Kulttuurinen vanhustyö on aiheena ajankohtainen ja tutkimisilmiönä arvokas, sillä tutkimuksien avulla tuotetaan uutta tietoa vanhustyön pariin. Kun teimme yhteistyötä työelämäkumppanin kanssa, saimme innostusta ja rohkeutta toiminnallisen työn toteuttamiseen. Kiinnostuimme luovan taidetoiminnan toteuttamisesta ikäihmisille ja tästä syntyi ajatus taidepajoihin. Geronomin opinnoissa käsitellään paljon asiakaslähtöisyyttä ja ajatelimme, että taidepajojen kautta pääsemme edistämään ikäihmisten arkea heidän luokseen. Lähtökohtana meillä oli molemmilla kiinnostusta tehdä ja toteuttaa sellaista toimintaa, joka on lähellä ikäihmisiä.

Työn kysymykset, joihin halutaan vastauksia:

1. Mitä luova taidetoiminta antaa ikäihmiselle?
2. Mitä taidetoiminta tuo esiin ikäihmisissä?
3. Millaisia tunteita taidetoiminta herättää ikäihmisissä?

Työssä tarkastellaan taidelähtöisen toiminnan arvoa ja tarvetta vanhustyön arjessa sekä ikäihmisten ryhmätoiminnassa. Tavoitteena on selvittää, mitä taidetoiminta tuo esiin ikäihmisissä, mitä se antaa heille ja millaisia tunteita se heissä herättää. Työn kysymysten kautta on tarkoituksena saada selville, mitä luova taidetoiminta mahdollistaa ikäihmisille yksilöinä ja ryhmässä. Taidetoimintaa järjestetään pienryhmässä, johon ikäihminen osallistuu yksilönä ja näistä eri kokemuksista halutaan saada ymmärrystä pienryhmätoiminnan avulla.

Taidepajoissa on mahdollista tutustua ikäihmisiin ja mahdollisuuksien mukaan myös heidän elämäntarinaansa keskusteluiden avulla. Vanhustyössä on merkittävää tutustua ikäihmisten elämänhistoriaan ja oppia tuntemaan heidän elämäkokemuksia. Taidepajoissa haluamme nähdä sekä havaita, millaisia reaktioita ja tunnelmia se saa aikaan yksilön näkökulmasta ja pienryhmässä yleisesti. Ohjaajien havainnot ikäihmisten reaktioista tuovat näkökulmaa työn kysymyksien tarkasteluun.

Haluamme saada tietoa taidepajojen järjestämisen ja toteuttamisen avulla siitä, millaisia kokemuksia, tunteita sekä ajatuksia luova taidetoiminta tuo esiin ikäihmisissä. Opinnäytetyön kysymyksiin haetaan vastauksia taidepajoissa tapahtuvan toiminnan, tunnelmien ja keskustelujen kautta. Vastauksia pyritään saamaan ikääntyneiden pienryhmäläisten palautteista ja heidän henkilökohtaisista kokemuksista taidepajoista sekä toiminnan suhteen.

4.2 Eettisyys, aineiston kerääminen ja arviointi

Opinnäytetyöprosessin aikana oli eettisesti tärkeää informoida työelämäkumppaneita ja etenkin työyhteisöä, jossa varsinainen työn toteutusvaihe toteutui kevään 2016 aikana. Saatekirje (kts. liite 1) oli osa tätä tiedonkulkua, jonka tarkoituksena oli antaa tietoa työntekijöille opinnäytetyöstä ja sen tarkoituksesta. Tämän avulla pyrimme luomaan yhtenäistä luottamusta työelämätahon kanssa jo ennen opinnäytetyön toteutusvaihetta. Saatekirje oli näkyvillä ryhmäkodin seinällä, jotta myös omaiset saavat tietoa geronomiopiskelijoiden opinnäytetyöstä ja sen ohella järjestettävästä toiminnasta ikäihmisille. Saatekirjeessä kerroimme, keitä olemme ja mitä opiskelemme. Kerroimme siinä myös opinnäytetyön tavoitteista ja taidepajoista, jotka järjestämme ryhmäkodissa.

Opinnäytetyössä tulee huomioida osallistujien itsemääräämisoikeus. He saavat päättää itse, haluavatko he olla osa opinnäytetyötä. Erityisryhmiin kuuluvat psyykkisesti tai kognitiivisesti huonokuntoiset, joilla ei välttämättä ole täysivaltaista itsemääräämisoikeutta tai kykyä kertoa omasta päätöksestä osallistumiseen. Tällöin voidaan pyytää kirjallinen suostumus lähiomaiselta, joka toimii hänen laillisena edustajana. Mikäli henkilö ei itse halua osallistua, sitä tulee kunnioittaa. (Kuula 2011: 61, 147.) Vanhukset kuuluvat oletettavasti tähän erityisryhmään haavoittuvuuden vuoksi, jonka vuoksi opinnäytetyössä tulee erityisesti huomioida eettisiä näkökulmia. Tulevina geromeina on myös tärkeä muistaa nostaa esille ikäihmisen oma ääni ja sen merkitys tämän kaltaisessa toiminnassa sekä opinnäytetyössä.

Opinnäytetyön työskentely- ja kirjoitusvaiheessa huomioimme työn luotettavuuden säilyttämisen, josta huolehdimme luotettavalla kirjoitustyyllillä ja sillä tavoin, että taidepajoihin osallistuvista ikäihmisistä kirjoitettiin tunnistamattomasti. Opinnäytetyön aikana emme keränneet siihen osallistuvien ikäihmisten henkilötietoja, minkä vuoksi emme ole tarkemmin kertoneet ikäihmisten taustoista tai sairauksista, lisäksi emme halunneet leimata ketään ihmistä hänen sairautellaan. Katsoimme tärkeäksi suojata ikäihmisten yksityisyyttä, jonka huomioimme opinnäytetyön kirjoitusvaiheessa ja lopullisessa raportoinnissa. Työskentelyvaiheessa aikana kirjoitimme opinnäytetyöpäiväkirjaa, jonka tarkoituksena oli tukea toiminnan raportointia, kuvausta ja työn arviointia.

Opinnäytetyön aineistona olivat opinnäytetyöpäiväkirjat ja näiden avulla koostetut kirjalliset dokumentit taidepajoista, mitkä kerättiin lopulta tekstimuodossa yhteen. Opinnäytetyöpäiväkirjaa kirjoitettiin taidepajojen toteutusvaiheen ajan ja hankimme sitä varten muistikirjat. Kirjoitimme opinnäytetyöpäiväkirjaa aina jokaisen järjestetyn taidepajan jälkeen itsenäisesti samana päivänä, johon kuvasimme jokaisen taidepajan etenemistä, toiminnan sisältöä sekä arviointia ohjauksen ja taidetoiminnan suhteen. Itsenäisen reflektoinnin jälkeen keskustelimme yhdessä taidepajojen sujuvuudesta, onnistuneisuudesta ja siitä onnistuimmeko asetetuissa tavoitteissa eri kerroilla. Vertailimme toistemme päiväkirjatekstejä, kävimme läpi vaihe vaiheelta taidepajojen kulun ja mietimme mitä voisimme tehdä paremmin seuraavalla kerralla.

Opinnäytetyöpäiväkirjassa kannattaa käsitellä työn kulkua, sisältöä ja toimintaa. Opinnäytetyön tekijät voi pohtia päiväkirjassa myös oman ammatillisuuden kehittymistä prosessin aikana ja sen jälkeen. Päiväkirjaa pidettäessä on hyvä olla järjestelmällinen, jotta sen kirjoittaminen on kannattavaa. (Vilka - Airaksinen 2003: 22, 56.) Opinnäytetyöpäiväkirja hankittiin työn suunnitteluvaiheessa ja varsinainen kirjoittaminen aloitettiin, kun työn toiminnallinen osuus käynnistyi. Päiväkirjaa täytettiin niin kauan, kun työ eteni alusta loppuun. Tämän jälkeen jatkettiin työn seuraaviin vaiheisiin, joita olivat toiminnan kuvauksen kirjoittaminen, työn arviointi ja lopputuloksien raportointi.

Opinnäytetyömme päiväkirjojen avulla tuotettiin tietoa taidepajoista ja aineistoa pyrittiin käsittelemään eettisesti oikein. Reflektoimme päiväkirjoihin omia havaintoja ja ajatuksia taidepajojen toiminnan etenemisestä. Arvioimme ohjaustaitojamme, kehittämisen kohteita ja yleisesti pienryhmätoiminnan toteutumista taidepajojen edetessä. Kokosimme

näitä havaintoja erikseen ja yhdessä. Kirjoitimme päiväkirjojen tekstit kirjalliseen muotoon sähköiselle internet-alustalle, jonne keräsimme kirjallisia dokumentteja työn edetessä. Taidepajojen päättymisen jälkeen työstimme tätä kirjallista aineistoa, jonka pohjalta teimme kuvausta taidepajojen etenemisestä, toiminnan sisällöstä ja arvioinnista. Työn lopullisia tuloksia pohdimme ja arvioimme tekstiaineistojen avulla, joista löysimme kysymyksiin liittyviä teemoja sekä sisällöllisiä huomioita. Lopuksi arvioimme työn kysymyksiä, taidepajatoimintaa ja onnistumisia suhteessa työn tavoitteisiin. Pohdimme myös luovan taidetoiminnan sisältöä ja lopputuloksia teoreettisten lähteiden avulla, mikä sisältyy tämän työn johtopäätöslukuun.

4.3 Taidepajojen suunnittelu

Taidepajojen suunnitteluvaihe ajoittui alkuvuoteen 2016, jolloin sovimme niiden aikataulut yhdessä työelämän kanssa. Taidepajojen suunnittelijoina ja ohjaajina toimivat opinäytetyön tekijät. Parina työskenneltäessä on mahdollisuus tukea toista ja ohjata taidepajoihin osallistuvia ikäihmisiä yhdessä. Geronomiopiskelijoina pyrimme tuomaan taidepajoihin ammatillista ohjausosaamista, luovuutta ja ikäihmisen kohtaamisen taitoja. Taidepajojen ohjausta pyrittiin jakamaan tasapuolisesti, jotta molemmilla oli selkeät roolit ja tehtävät toiminnan suhteen.

Suunnitteluvaiheessa päädyimme kolmen taidepajakerran järjestämiseen, jotka suunnittelimme vaihteittain yksi kerrallaan. Ensimmäisellä kerralla käsitelty aihe ei tullut selvästi esille, josta otimme oppia seuraavia kertoja varten ja pyrimme suunnittelemaan tuokion sisällön teeman ympärille. Suunnittelimme jokaisen taidepajan tarkemmin ennen varsinaista toteutusta. Jätimme taidepajoihin tietynlaista tilaa muutoksille ja erilaiselle toiminnalle, mikäli suunnitelmat muuttuvat tai toimintaa pitää muuttaa tuokion aikana. Taide-toiminnan materiaalit pyrimme pitämään yksinkertaisina, jotta niistä ei tule yllättäviä kustannuksia. Taidepajojen varsinaisen toteutuksen jälkeen kirjoitamme opinnäytetyöpäiväkirjaa ja pohdimme yhdessä toteutunutta kertaa, jotta tarkemmat toiminnan kuvaukset pysyvät mahdollisimman luotettavana.

Taidepajojen teemaksi suunnittelimme ihmisen elämänkaaren, josta nostimme esille tarkemmin lapsuuden, nuoruuden, aikuisuuden sekä työelämän. Taidepajoissa halusimme tuoda esille ikäihmisen identiteettiä ja sen vahvistamista elämänhistorian avulla. Ikäihmisillä on yksilöllinen elämänpolku, johon vaikuttaa osaltaan aiemmat elämäkokemukset ja historia. Halusimme tuoda esille ikäihmisten kokemuksia positiivisessa valossa,

taidetoiminnan ja luovien menetelmien avulla sekä ryhmässä, jossa jokainen saa jakaa omia muistoja muille siinä määrin kuin haluaa. Ohjaajien rooli oli tukea ikäihmisiä tuokioiden aikana sillä tavoin että, heidän ääni ja ajatukset elämästä tulee kuulluksi.

Taidepajoissa keskeisenä ajatuksena oli yhdessä tekeminen ja yhdessäolo. Tuokioiden aikana pyrimme herättelemään ikäihmisten luovuutta ja löytämään heidän yksilöllisiä voimavaroja, joita voi tunnistaa sekä löytää aina uudestaan. Tavoitteena oli pyrkiä suunnittelemaan luovaa toimintaa voimavaralähtöisesti ja tuokioissa halusimme hyödyntää musiikin sekä muistelun menetelmiä. Musiikin suhteen valinnoissa pyrittiin huomioimaan ikäihmisten elämänkaaren historiaa ja taidepajojen teemoja. Muistelua suunniteltiin osaksi teemoja ja taidepajojen sisältöjä, joista haluttiin saada aikaan keskustelua sekä muistelua.

Pohdimme jo työn suunnitteluvaiheessa sitä, millä tavalla voimme mahdollistaa tuokioon osallistuvilta ikäihmisiltä toiveiden ja palautteen saamista. Kyselimme ensimmäisen kerran alussa, mitä ikäihmiset toivoivat tulevilta taidepajoilta. Jokaisen tuokion jälkeen kysyimme ikäihmisiltä tunnelmia ja oliko heillä mitään toiveita tuleviin kertoihin, etenkin viimeiselle tuokiolle, koska sen toteutus oli vapaamuotoisempi. Emme saaneet oikein vastauksia tai konkreettisia esimerkkejä toiminnan suhteen, minkä vuoksi toiminnan suunnittelu jäi enemmän meidän vastuulle.

Taidepajoja varten ryhmäkodin hoitajat valitsivat ikäihmiset pienryhmään, johon toivoimme osallistuvan neljä henkilöä. Toiveena oli myös, että taidepajojen osallistujat pysyvät samana, koska halusimme nähdä syvemmin, millaisia vaikutuksia luovalla toiminnalla on ikäihmisille. Tämä on entistä haasteellisempaa, jos ryhmän osallistujissa on suurta vaihtuvuutta. Toivoimme myös henkilökunnan osallistumista taidepajoihin, jonka avulla olisimme saaneet monipuolisempaa näkökulmaa taidepajojen vaikutuksesta ikäihmisiin. Tätä varten oli tarkoituksena järjestää henkilökunnan ja opiskelijoiden välinen ryhmäkeskustelu. Se ei toteutunut, koska olimme arvioineet ajankäytön väärin, eikä hoitajilla ollut aikaa ylimääräiseen.

5 Taidepajojen toteutus

5.1 Taidepajakerrat

5.1.1 Lapsuuden kotiseutumaisema

Ensimmäinen taidepaja toteutui keväällä maaliskuun toisella viikolla, jota olimme jo suunnitelleet vuoden alusta lähtien. Meidän ohjaajien osalta tunnelma oli odottava ja jännittävä sen suhteen, miten ensimmäinen taidepaja tulee sujumaan. Toiminnan lähtökoh-
taisena teemana oli ihmisen elämänkaari ja elämänpolku, sillä halusimme tuoda näky-
ville ikäihmisen yksilöllistä elämänhistoriaa. Ensimmäisellä kertaa teemana oli lapsuu-
den kotiseutumaisema, jossa oli tarkoituksena tuoda esille ikäihmisten lapsuusajan
muistoja. Ensimmäisessä tuokiossa painotimme tutustumista ja kohtaamista, koska
ikäihmiset olivat meille ennalta vieraita ja kuin myös me olimme heille uusia kasvoja.

Tuokion ryhmätilana oli asukkaiden ruoka- ja oleskelutila, jonka hoitajat rauhoittivat tuo-
kion ajaksi. Ensimmäisen kerran ryhmätuokioon osallistui neljä henkilöä, jotka istuivat
valmiina pöydän ääressä saapuessamme ryhmäkotiin. Ryhmäkodin hoitaja esitteli mei-
dät tuokioon osallistuville asukkaille kun olimme saapuneet paikalle. Tuokion alussa jou-
duimme tekemään alkuvalmisteluja ryhmäläisten katsellessa, mutta samalla pääsimme
avaamaan keskustelua heidän kanssaan kevyen juttelun avulla. Ikäihmiset vaikuttivat
odottavaisilta sen suhteen, mitä seuraavaksi tapahtuu.

Kun olimme tehneet alkuvalmistelut, pääsimme aloittamaan tuokion tutustumisen mer-
keissä. Ensin kerroimme että, keitä olemme, mitä opiskelemme ja miksi olemme tulleet
heidän vieraiksi ryhmäkotiin. Ikäihmiset vastasivat tähän kevyellä nyökyttelyllä ja uteli-
ailla katseilla. Kysyimme ikäihmisiltä, mitä heille kuuluu ja millä mielellä he ovat osallis-
tumassa ryhmätuokioon. Kysyttäessä heille kuului hyvää. Jokaiselle ikäihmiselle annet-
tiin puheenvuoro tässä vaiheessa.

Helpottaaksemme toistemme nimien muistamista, jokaiselle tehtiin nimikyltit, joiden
avulla ohjaajat ja ryhmäläiset tutustuivat toisiinsa. Toinen ohjaajista näytti ryhmäläisille
mallia, kuinka paperin voi esimerkiksi taitella ja ikäihmiset tekivät perässä. Kolme ikäih-
mistä kirjoittivat itse oman nimensä paperiin, mutta yksi heistä tarvitsi nimen kirjoittami-
nessa apua. Tehtävän onnistuttua, tuokion tunnelma oli kannustava ja iloinen. Kun nimi-

kyltit olivat jokaisen edessä valmiina, ikäihmiset tykkäsivät toistaa toistensa nimiä ääneen. Nimikyltit herättivät kiinnostusta ja jokainen heistä tutki minkä niminen ihminen istui vieressä.

Tuokion tutustumisen tueksi otimme mukaan Suomi-kartan, jonka avulla kysyimme ikäihmisiltä, mistä he ovat lähtöisin. Tämä tuotti osittain vaikeuksia ikäihmisille. Varsinkin, kun yksi heistä oli kotoisin pienemmältä paikkakunnalta ja sen hahmottaminen kartalta oli hänelle vaikeaa. Kaikki muut ryhmäläiset olivat kotoisin pääkaupunkiseudulta, mikä oli helpommin löydettävissä kartalta. Yksi ikäihmisistä kertoi asuneensa niin monessa paikassa, ettei oikein osannut sanoa mistä hän on kotoisin. Tuokion teema ikäihmisten kotiseuduista herätti keskustelua, siitä millaisissa paikoissa he olivat asuneet elämänsä aikana sekä millaisia muistoja oma kotiseutu herätti ikäihmisissä siinä hetkessä.

Karttatehtävän jälkeen toinen ohjaajista lausui suomalaisen kansanlaulun ”Tuu, tuu tupakkarulla”, jota ikäihmiset eläytyivät kuuntelemaan ja lausumaan ääneen. Lorun jälkeen vuorossa oli taidetoiminnallinen osuus, jonka alkuperäinen suunnitelma oli sormivärimaalaus. Henkilökunta kertoi, että ikäihmiset saattaisivat vierastaa sormin maalaamista, joten maalaaminen päädyttiin tekemään lopulta pensseleiden avulla.

Maalaamisen aiheena oli itselle tärkeä lapsuuden kotiseutumaisema. Ennen maalausta esittelimme materiaalit ikäihmisille, jonka jälkeen ohjasimme maalaamisen etenemistä. Maalaamisen ajaksi laitoimme soimaan haitarimusiikkia, joka loi tunnelmaa ja helpotti eläytymistä maalaamiseen. Taidepaja eteni rauhallisesti, osa ikäihmisistä löysi nopeasti maalaamisen kohteen ja osa tarvitsi siihen tukea sekä ohjausta. Maalaamisen aikana oli ilo huomata, miten ikäihmiset eläytyivät ja osallistuivat tuokioon. Osa ikäihmisistä maalasi innokkaasti ja osa taas eläytyi enemmän musiikin kuunteluun.

Ryhmätuokion tunnelma oli kokonaisuudessaan hyvä ja rauhallinen. Tuokion aikana oli välillä puheensorinaa, kun ryhmäläiset intoutuivat juttelemaan enemmänkin. Taidetuokioon mahtui myös rauhallisia ja hiljaisia hetkiä, kun kaikki syventyivät maalaamaan omia taideteoksiaan. Tuokiossa keskusteltiin maalaamisen aikana muun muassa keväästä ja siitä että, pääsee viettämään ulos enemmän aikaa ilmojen lämmitessä. Taidepajan lopussa ryhmäläisiltä kysyttiin tunnelmia ja ajatuksia toiminnasta. Tähän vastauksena tuli yksinkertaisesti että ”mukavaa oli”. Kerroimme, että tulemme uudestaan seuraavalla viikolla.

5.1.2 Nuoruuden kulta-aika

Toinen taidepaja toteutui viikon päästä ensimmäisestä ja tuokioon osallistui silloin kolme ikäihmistä, joista jokainen oli ollut mukana ensimmäisellä kerralla. Ryhmäkodissa oli samanaikaisesti käynnissä hartaus ja pääsimme erilliseen tilaan pitämään taidepajaa. Hartaustilaisuuden äänet eivät onneksi kuuluneet ryhmätilaan, joten saimme keskittyä täysin taidepajan pitämiseen. Ryhmätilana toimi rauhallinen ja valoisa tila, jossa pääsimme istumaan pyöreän pöydän ympärille (kts kuva 1). Hoitajat toivat ikäihmisiä tuokioon. Otimme heidät vastaan tervehtien ja ohjasimme istumaan pöydän ääreen. Ennen tätä olimme tehneet jo tarvittavia valmisteluita tuokiota varten, laitoimme maalaustarvikkeita esille ja tarkistimme musiikin toistovälineen toimivuuden.



Kuva 1. Helander-kodin ryhmätila, jossa maalattiin ja tunnelmoitiin musiikin tahtiin.

Taidepajan teemana oli nuoruuden kulta-aika ja tuokio aloitettiin pienellä muistelulla. Kysimme ikäihmisiltä, että millaisia elämänohjeita he antaisivat nykyajan nuorille ja mitä ohjeita he ovat saaneet nuorena. Aluksi ikäihmiset jäivät pohtimaan tätä kysymystä hetken aikaa, minkä jälkeen syntyi hyvin keskustelua. Kahtena vahvana asiana nousi esille vanhempien kunnioittaminen ja rauhallinen elo. Tästä aiheesta kaikilla ryhmäläisillä oli yhteneväinen mielipide ja se herätti ajatuksia jokaisella ikäihmisellä. Ryhmässä oli vaikeampaa miettiä sitä, mitä ohjeita on itse saanut nuorena kuin millaisia neuvoja ikäihmiset antaisivat nuorille nykypäivänä.

Muistelun jälkeen laitoimme soimaan, Souvareiden version ”Me tulemme taas” -kappaleesta, mikä nostatti tuokion tunnelmaa ja innosti ikäihmisiä elehtimään musiikin tahtiin. Osa heistä alkoi rummuttaa pöytää ja hyräilemään melodiasa. Kappale johdatti lavatanssi-keskusteluun ja siitä puhuminen herätti paljon muistoja sekä sai aikaan keskustelua. Kaikki ikäihmiset olivat käyneet tansseissa, jonne oli sopivaa heidän mielestään mennä 14 - 15-vuotiaana ensimmäistä kertaa. Tanssit olivat usein lauantaisin ja ne ajoituivat monesti varhaiseen iltaan, koska kotiintuloaika oli jo seitsemältä. He kertoivat, että jos nuoriso ei ollut kotiintuloaikaan mennessä kotona, niin äiti tuli hakemaan heitä pois tansseista.

Taidepajassa maalattiin postikorttien pohjalta, joista jokainen sai valita mieleisensä kortin. Ikäihmiset valitsivat postikorteista sellaiset, jotka muistuttivat heitä jostain. Postikorttien aiheiksi valikoitui: kuva soutavasta veneestä järvellä poutaisena päivänä, mökki metsän siimeksessä ja maatalan maisemakuva. Ne saattoivat muistuttaa heitä jokaista jostain heille tärkeästä tai tutusta maisemasta, mikä liittyi luultavasti lapsuuden tai nuoruuden aikaan. Maalaamisen taustamusiikkina soi erilaisia tanssikappaleita, mikä elävöitti taidepajan tunnelmaa. Ryhmäläiset maalasivat omassa tahdissa (kts. kuva 2), osa pienen ohjauksen avulla.



Kuva 2. Ikäihmiset keskittyneinä maalaamiseen edesssä väripaletin kirjo.

Toisen taidepajan aikana yhdellä ryhmäläisellä muistui mieleen edellinen kerta, johon liittyen hän kysyi: "Eikös me olla tehty tätä ennenkin?". Maalaamisen aikana nautitimme musiikista ja kauniista päivästä auringon säteiden loistaessa sisälle, vaikka olimmekin sisätiloissa. Onneksi pyöreä pöytä oli ison ikkunan äärellä, niin pystyimme ihastelemaan kevään puhkeavaa luontomaisemaa. Maalausvaihe oli kaiken kaikkiaan rentouttava hetki. Ikäihmisillä oli mahdollisuus rauhoittua ja pysähtyä siihen hetkeen maalaamisen avulla. Tuokion jälkeen ikäihmiset olivat tyytyväisiä ja iloisia tästä toiminnasta. Ohjaajina meistä molemmista tuntui, että tuokion aikana vallitsi rauhallinen ja keskittynyt tunnelma. Tällä kerralla osasimme todella pysähtyä hetkeen.

5.1.3 Aikuisuuden muistelu

Kolmas taidepaja järjestettiin pääsiäisviikolla ja tuokio pidettiin samassa ryhmätilassa kuin edellisellä kerralla. Tällä kertaa ohjaus jaettiin tasapuolisesti molempien vastuulle, joka sujui todella hyvin. Jaoimme ohjauksen, niin että toinen ohjasi alkukeskustelut maalaamiseen asti ja toinen jatkoi siitä sitten loppuun saakka. Tässä taidepajassa ohjaajina kiinnitimme erityistä huomiota siihen, että kaikki ikäihmiset saivat puheenvuoron ja tulivat kuulluiksi.

Viimeisen kerran tuokion teemoina olivat aikuisuus ja työelämä, jotka osoittautuivat ikäihmisille mielenkiintoisiksi aiheiksi. Kolmannella kerralla haimme itse ikäihmiset mukaan taidepajaan, mikä mahdollisti samalla kohtaamisen jo ennen tuokion alkamista. Tällä kerralla kokoonpano oli sama kuin edellisellä kerralla. Tuokio alkoi hyvissä tunnelmissa jo siitä hetkestä, kun tervehdimme ikäihmisiä ja kävelimme rinnakkain taidepajan ryhmätilaan. He olivat otettuja siitä, että haimme heidät jokaisen henkilökohtaisesti mukaan toimintaan.

Aloitimme ryhmän kuulumiskierroksella. Ikäihmisille kuului yleisesti ottaen hyvää, osalla heistä oli ollut pesupäivä, joten he olivat mielissään, kun olivat päässeet saunaan. Yksi ikäihmisistä valitti päänsärkyä, mistä huolimatta hän kuitenkin pystyi osallistumaan ryhmän toimintaan. Kysyimme häneltä sopivin väliajoin, miltä hänestä tuntui. Päänsärky jatkui ryhmätuokion ajan mutta siitä huolimatta hän halusi olla mukana taidepajassa.

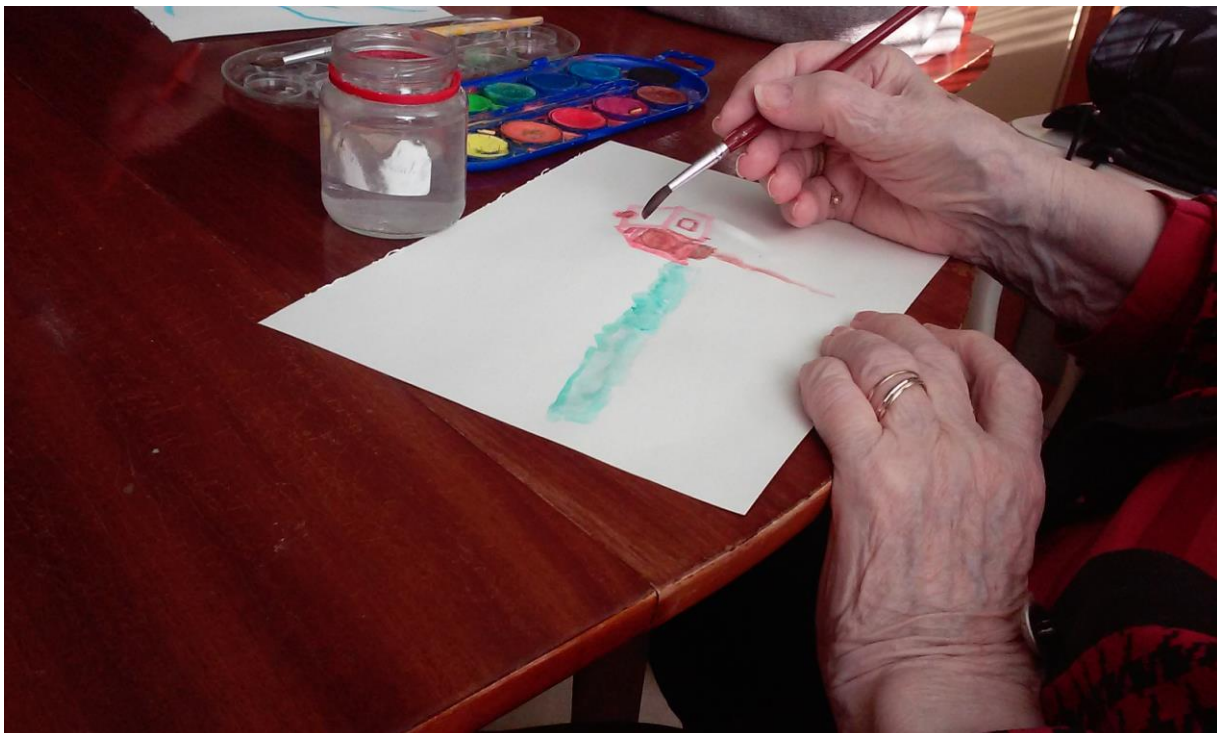
Tuokiossa ikäihmisille jaettiin myönteisen muistelun kortit, mitkä on kehitetty Suomen mielenterveysseuran Mirakle-hankkeessa. Muistelukorttien pohjalta heräsi vireää keskustelua ryhmässä. Ryhmäläiset saivat valita jokainen itselleen kortin, jonka tekstin he

lukivat vuorollaan ääneen. Jokaisen vuorolla käytiin läpi kortissa oleva aihe ja keskustelimme niistä.

Ensimmäisen kortin aiheena oli rentouttavaa tekemistä tai olemista, josta ryhmäläisille tuli mieleen uiminen, kahvin saaminen ja kodin merkitys. Toisena aiheena oli parhaita hetkiä arjessa, josta tuli esille tärkeitä asioita elämään liittyen. Näitä olivat mm. lapset, lapsenlapset ja se kun lapset käyvät katsomassa sekä pitävät yhteyttä. Tästä aiheesta ilmeni myös iloitseminen ja nauraminen sekä taloudellisten asioiden tasapaino. Ikäihmisille taloudellisten asioiden tasapaino antoi heille tilaa ”hengittää vapaasti”. Viimeisenä aiheena oli tärkeä esine, asia tai kulkuväline. Ryhmäläisille tärkeiksi asioiksi nousivat esille hyvät kengät, yhdessäolo ja puhelin, jolla saa pidettyä yhteyttä läheisiin ihmisiin. Ikäihmiset nimesivät hyvin eri asioita korttien pohjalta, aiheet olivat heille antoisia ja tunteita herättäviä.

Tuokion aikana keskustelua heräsi etenkin perheestä, läheisten merkityksestä ja kodista. Lopuksi keskusteltiin vielä voimaa antavista asioista, joita ovat mm. seurustelu muiden kanssa, itsestään huolenpito ja terveenä pysyminen. Tuokiossa keskusteltiin myös jonkin verran työstä, jonka moraali heillä kaikilla oli korkealla. Yksi heistä kertoi olleensa toimistotyössä, toinen kertoi tehneensä monenlaista työtä ja kolmannelta emme oikein saaneet vastausta asiaan. Ikäihmisille tulee antaa mahdollisuus vastata rauhassa siitä mitä he haluavat kertoa.

Viimeisellä kerralla maalaamisen aihe oli vapaa ja sen taustalle laitettiin soimaan klassista musiikkia. Ohjaaja kertoi, että maalaamista voi toteuttaa esimerkiksi musiikin tahdissa, mutta muuten maalaamisen aihe oli tällä kertaa vapaa. Maalauksien aiheiksi muodostuivat mökki, kotitalo ja helminauhat. Ohjaajat osallistuivat myös maalaamiseen, joka loi enemmän tasavertaista henkeä ryhmään, kun kaikki tekivät samaa asiaa. Tuokion aikana oli rauhallinen tunnelma, jota musiikki edesauttoi ja helpotti maalaamisen syventymistä (kts. kuva 3).



Kuva 3. Maalaamisen hetki viimeisellä kerralla.

Ohjaajina oli mukava huomata, kuinka ikäihmiset olivat puheliaalla tuulella viimeisellä kerralla ja tuokio tuntui soljuvan tasaisesti loppua kohti. Maalaamisen jälkeen keskusteltiin vielä pääsiäisestä ja keväästä. Ikäihmiset eivät olleet aikaisemmin kuulleet pääsiäisviikolle nimettyjä viikonpäiviä (malka-maanantai, tikku-tiistai jne.), mitkä eivät tuntuneet heille lainkaan tutuilta. Koko taidepajan ajan ryhmässä oli positiivinen tunnelma ja ikäihmiset olivat kiitollisia tuokion järjestämisestä. Oli hienoa, miten saimme kokea ikäihmisiltä kiitollisuutta, kun olimme tulleet pitämään heille ryhmäkotiin luovaa taidetoimintaa.

5.2 Taidepajojen arviointia

Ensimmäinen taidepaja eteni sujuvasti, vaikka teeman suhteen oli vielä parannettavan varaa. Ensimmäisellä kerralla haimme omaa paikkaamme ja sopeuduimme uuteen tilanteeseen ohjaajina. Molemmilla opinnäytetyön tekijöillä oli kokemusta ohjaajana olemisesta mm. harjoitteluista ja työelämästä. Tästä huolimatta tilanne on aina uusi ja hieman jännittävä, koska ryhmätoiminnassa asiat eivät mene aina suunnitelmien mukaan.

Ensimmäisellä taidepajakerralla lapsuuden teema jäi muun keskustelun varjoon. Ryhmässä keskusteltiin yleisesti kaikenlaista ja välillä keskustelu ajautui muihin aiheisiin,

kun muun muassa yksi ikäihminen alkoi kertoa omaa kokemusta murtovarkaista. Teemaa olisi voinut nostaa enemmän esille ja sen suhteen olisi voinut suunnitella enemmän mielenkiintoisia keskustelun aiheita. Aloituskerralla keskityimme kuuntelemaan ikäihmisiä ja luomaan taidepajaan hyvää yleistä ilmapiiriä, koska tilanne oli kaikille uusi. Ryhmätuokiossa panostettiin aloituskerralla kertaa enemmän tutustumiseen ja yhdessä tekemiseen. Seuraaville kerroille päätimme tehdä tarkempia kysymyksiä ja keskusteluteemoja, jotta keskusteluja oli luontevampaa ohjata. Ryhmäläiset toivat tuokioon oman näkökulmansa, joka vaikutti sen lopulliseen muovautumiseen.

Ensimmäiselle kerralle olimme ajatelleet maalaamiseen sormivärejä, koska mielestämme se peilasi hyvin lapsuutta ja leikkimielisyyttä. Ryhmäkodin hoitajat sanoivat, että ikäihmiset saattavat vierastaa sormin maalaamista. He voivat kokea sormivärit lapsellina, koska he eivät ole tottuneet käyttämään niitä. Ajatuksenamme oli, että ryhmätuokioissa voi olla virkistävää kokeilla uusia asioita. Maalaustilanteessa annoimme ryhmäläisille mahdollisuuden maalata sormin tai pensselillä, mikä valikoitui lopulta jälkimmäiseen vaihtoehtoon.

Tämä maalaustavan muuttuminen ensimmäisellä kerralla on hyvä esimerkki siitä, miten suunnitelmat voivat muuttua toiminnan aikana luonnostaan. Tarpeen mukaan suunnitelmia kannattaa muuttaa, mikäli ne eivät toimi ryhmän kesken. Tärkeintä on kuunnella ikäihmisiä ja sitä mitä he haluavat, ketään ei voi pakottaa maalaamaan juuri määrätyllä tavalla. Ryhmätuokioissa kannattaa muutenkin olla varasuunnitelmia toiminnan tueksi, mikäli alustavat suunnitelmat eivät toteudu tai ne koetaan vääriksi sille hetkelle.

Ensimmäinen kerta meni ohjauksen puolesta luontevalla tavalla. Ohjaaja käytti selkeää ja kuuluvaa ääntä, jotta ikäihmiset kuulivat sekä ymmärsivät ohjeita. Keskusteluille ja tutustumiselle annettiin aikaa. Osittain sen takia ensimmäisen kerran lapsuuden teema jäi muun keskustelun varjoon. Ohjaaja piti tiivistä katsekontaktia ryhmän jäseniin ja hallitsi ryhmänkulkua alusta loppuun. Ikäihmisille on tärkeää, että heihin pidetään katsekontaktia, koska se luo arvostuksen tunnetta.

Toisessa taidepajassa ohjaajilla oli tuttavallisempi tunne, kun ikäihmiset olivat ennestään tuttuja ja tuokion ohjaaminen tuntui luontevammalta. Päästessämme rauhallisempaan ryhmätilaan, oli helpompaa syventyä tunnelmaan ja keskittyä sen kerran teemaan ilman taustamelua. Toiselle kerralle olimme tehneet hyvän suunnitelman aiheessa pysymi-

seen, koska ensimmäisellä kerralla se ei onnistunut niin hyvin. Teeman suhteen oli suunniteltu keskustelun aiheita ja kysymyksiä, joista keskustelimme ikäihmisten kanssa. Olimme kirjoittaneet paperille taidepajan ohjelman kulun, jota pystyimme molemmat seuraamaan tuokion aikana.

Toisen kerran tunnelma oli tiiviimpi ja rauhallisempi kuin ensimmäisellä kerralla. Tunnelmaan vaikuttivat rauhallinen tila ja ryhmän tiivis kokoonpano. Ryhmän koko tuntui sopivalta, kun se mahdollisti jokaisen ikäihmisen osallisuuden toteutumisen. On tärkeää, että kaikki huomioitiin ja otettiin keskusteluihin mukaan.

Toisen taidepajan toiminnan sisältö ja musiikin valinta olivat onnistuneita, sillä ne herättivät entistä enemmän reaktioita ja keskustelua ryhmän sisällä. Ikäihmiset olivat kiitollisia ja kohteliaita, minkä molemmat ohjaajat huomasivat tuokion aikana. Musiikki sai ikäihmiset keinahtelemaan sen tahdissa, laulamaan ja elehtimään. Musiikilla on suuri vaikutus ihmisiin, se luo niin paljon hyvää tunnelmaa.

Toisen taidepajan maalaushetki ja toiminnallinen osuus menivät sujuvasti. Toinen ohjaajista opasti maalaamiseen postikorttien pohjalta. Ryhmäläisille kerrottiin, että heidän ei ole pakko maalata koko kuvaa vaan he voivat maalata esimerkiksi jonkin osan siitä. Ikäihmisistä tuntui aluksi vaikealta maalata valmiista kuvasta, mutta se alkoi lopulta sujumaan heiltä kaikilta. Kaikki ryhmässä maalasivat todella keskittyneesti, kun lavatanssimusiikki soi taustalla. Välillä ikäihmiset eläytyivät enemmän musiikkiin kuin maalaamiseen, mutta se oli hienoa, kun musiikki sai tunteita aikaan. Tarpeen mukaan ohjaajat tukivat ryhmäläisiä maalaushetken aikana. Toinen taidepaja eteni paremmin kuin ensimmäinen ja ikäihmiset vaikuttivat kaiken puolin tyytyväisiltä toimintaan.

Viimeisestä taidepajakerrasta jäi todella hyvät tunnelmat. Sen kerran teemana meillä oli aikuisuus ja työelämä. Kaikista kolmesta teemasta tämä osoittautui kaikista hedelmäisimmäksi, koska ikäihmiset intoutuivat keskustelemaan siitä eniten. Hyödynsimme tuokiossa Mirakle-muistelukortteja, jotka herättivät paljon keskustelua ryhmässä. Ohjaajina koimme kyseisten muistelukorttien käyttämisen tuokiossa positiivisena. Ryhmäläisistä oli mukavaa pohtia korttien pohjalta tärkeitä esineitä ja asioita, joilla oli heille hyvää mieltä ja rentoutumista antavia merkityksiä.

Kolmannen kerran maalausosio sujui todella ripeästi. Kun annoimme ikäihmisille maalauksen aiheen suhteen vapaat kädet, jokainen tiesi melkein heti mitä tulee maalamaan. Maalaamiseen tulee antaa aikaa, hiljaisuutta ja rauhaa, ilman jatkuvaa keskustelun hälyä ympärillä. Kaikki ihmiset eivät siedä liikaa hälyä keskittyessään ja tarvitsevat ajoittain rauhaa ympärilleen.

Kolmas taidepaja tuntui haikealta ohjaajien osalta sillä taidepajat alkoivat lähestyä loppua kohti. Viimeinen taidepaja oli kaikista onnistunein kokemus, jossa tuntui olevan kaikin puolin hyvä tunnelma koko tuokion ajan. Viimeisessä taidepajassa tavoitteenamme oli huomioida ryhmäläisiä yksilöllisesti, jossa onnistuimme hyvin. Annoimme ryhmässä oleville ikäihmisille tilaa ja aikaa tärkeiden asioiden jakamiseen yhdessä ryhmän kesken. Huomioimme jokaisen ikäihmisen muun muassa puheenvuorojen ja kysymysten avulla.

Ryhmätuokiot suunnittelimme noin tunnin mittaisiksi kokonaisuuksiksi, mikä osoittautui sopivaksi kestoksi ikäihmisten kannalta. Taidepajoissa aika kului varsin nopeasti ja pyrimme huolehtimaan siitä, etteivät tuokiot veny liian pitkiksi. Toisessa taidepajassa aika-taulu ylittyi hieman, mutta onneksi se ei haitannut ketään. Ikäihmiset tuntuivat jaksavan taidepajoissa hyvin, varsinkin maalaamiseen syventyessä. Taidepajoissa korostui tekemisen lisäksi yhdessäolon merkitys ja läsnä oleminen ryhmähetkissä.

Ensimmäisessä tuokiossa oli neljä henkilöä ja kahdella viimeisellä kerralla kolme henkilöä. Suunnitteluvaiheessa ryhmäkodin henkilökunta pohti sitä, että jokaiselle kerralle ei välttämättä saada samoja henkilöitä, koska ikäihmisten vointi saattaa vaihdella päivittäin. Henkilökunta oli valinnut tuokion ryhmäläiset onnistuneesti. Se näkyi siinä, että he tulivat hyvin toimeen keskenään ja ryhmässä ei tullut konfliktitilanteita. Ryhmäläiset olivat vitikkäällä tuulella ja ottivat tuokioissa paljon kontaktia toisiinsa.

Ryhmätuokioissa käytiin paljon keskusteluja, mutta niihin sisältyi myös hiljaisia hetkiä. Taidepajojen kautta huomasimme että, ikäihmisille tulee suoda myös mahdollisuus olla kertomatta jotain, mitä he eivät halua tuoda esille. Ohjaajien on hyvä kunnioittaa tätä ja huomioida jokaisen osallistujan yksilölliset rajat vuorovaikutuksessa. Jokainen sai puheenvuoroja keskusteluissa, mihin pyrittiin kiinnittämään huomiota tuokioiden aikana. Ryhmässä keskustelu lähti helposti ajautumaan eri aiheisiin, mikä on luonnollista, kun ryhmäläiset tuovat siihen sen hetken omat ajatukset.

6 Johtopäätökset

Opinnäytetyömme tavoitteena oli suunnitella ja järjestää luovat taidepajat ikäihmisille pienryhmätoimintana. Taidepajojen teemana oli ihmisen elämänkaari, josta valitsimme taidepajoihin käsiteltäväksi lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden ikävaiheet. Taidepajoihin suunnittelimme aiheisiin johdattavaa keskustelua ja toimintaa. Tuokioissa hyödynsimme jokaisella kerralla musiikkia, joka loi tunnelmaa ryhmässä ja herätti esille muistoja. Taidepajoista halusimme ymmärtää, mitä se mahdollistaa ikäihmisille, mitä se antaa heille yksilöinä ja ryhmässä sekä millaisia tunteita toiminta herättää.

Taide ja kulttuuri mahdollistavat ilon tunteita sekä arjen sisältöä ikäihmisen elämässä. Taiteen avulla on mahdollista herättää esiin muistoja ja tunteita erityisellä tavalla, joita voi olla vaikeampaa saada esille muilla keinoilla. Kuvataide on yksi työväline näistä kaikista. Kuvataiteen avulla ikäihmisellä on mahdollisuus jakaa omia ajatuksia, tulla kuulukuksi ja nähdyksi. (Routasalo – Toivonen – Rautiainen 2013: 72.)

Aiemman teorian valossa on todettu, että kulttuurisilla kokemuksilla on moninaisia merkityksiä ihmiselle ja yhteisöille. Ne edistävät yhteisöllisyyttä, myönteisiä kokemuksia ja herättävät esille tunteita. Päätimme tarkastella teoriaosuudessa taidelähtöistä toimintaa ja sen vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin liittyen. Taiteellisen hetken onnistuessa, sillä voi olla voimaa antava vaikutus. Opinnäytetyömme mahdollisti luovan maalaustaiteen toteuttamisen ikäihmisille. Huomasimme, että taidepajat mahdollistivat palautuvia kokemuksia ikäihmisille. Taidepajoissa ikäihmiset pystyivät keskittymään toimintaan, musiikin sointuihin ja varsinaiseen maalaushetkeen, joiden avulla heillä oli mahdollisuus irtaantua arjesta.

Taidemenetelmien toteuttaminen on haastavampaa sellaisessa ympäristössä, jossa niitä ei ole totuttu käyttämään aiemmin. Taidelähtöisen toiminnan suunnittelu ja toteuttaminen työyhteisössä vaatii johdon tukea, millä on suurta merkitystä toiminnan suhteen. Työyhteisön esimies tuntee parhaiten työympäristön ja pystyy arvioimaan sen tarpeita taide-toiminnan kartoittamiseksi. Aiempi kokemus samankaltaisesta projektista tuo varmuutta alkavaan yhteistyöhön. (Rantala 2011: 21.) Opinnäytetyön suhteen työelämäkumppani oli paras mahdollinen, sillä työ otettiin lämpimästi vastaan ja saimme tarvittavaa tukea työn aloitukseen. Työyhteisössä hoitajat olivat toteuttaneet maalausta asukkaiden kanssa jo aikaisemminkin, mikä auttoi opinnäytetyön etenemistä. Hoitajat olivat ystävällisiä ja kertoivat, että heiltä pystyi tarpeen tullen kysymään neuvoa.

Taidetoiminnassa ohjaajalla on merkittävä rooli, mikä heijastuu siihen osallistuvaan työyhteisöön tai ryhmään. Toiminnan alkaessa on tärkeää informoida osallistujia toiminnan kulusta ja itse tekemisestä. Ryhmän kanssa on hyvä keskustella yhteisistä säännöistä, osallistujien luottamuksen ja turvallisuuden lisäämiseksi. Ryhmässä luottamuksen syntyminen vaatii aikaa ja yhteisiä kokemuksia, jotta tullaan tutuiksi vähitellen. Ohjaajan tärkein tehtävä on mahdollistaa hyvät olosuhteet toiminnalle, missä voidaan päästä luovuuden ja kokemisen tunteeseen. Tätä voidaan tukea toimintaan virittymiseen, motivoimnin ja turvallisen ilmapiirin avulla. (Rantanen 2011: 23.) Ohjaajina kiinnitimme erityistä huomiota siihen, että jokainen heistä tuli kuulluksi ja he saivat jakaa halutessaan omaa elämänsä muille ryhmäläisille. Taidepajoissa he saivat mahdollisuuksia kertoa omia elämäkokemuksia ja muistoja. Ikäihmisillä oli mahdollisuus ilmaista omia mielipiteitään ja valita mitä haluaa maalata jokaisella kerralla teeman mukaan.

Jokaisella ohjaajalla on yksilöllinen tapa työskennellä ja toimia ryhmän ohjaajana, jossa hän hyödyntää erilaisia ohjauksen toimintamalleja, työmenetelmiä sekä ryhmänohjaustaitoja. Parhaimmillaan ohjaaja mahdollistaa ryhmän osallistujille kokemuksen siitä, että he osaavat ja pystyvät toimimaan ryhmässä onnistuneesti. Tällöin ohjaajan rooli ei korostu liikaa ryhmätoiminnassa. Ohjaaja on ryhmän tukena, mutta hän antaa ryhmäläisille vapautta toimia omassa tahdissa ryhmän mukana. Ryhmän ohjaaminen työparina mahdollistaa vertaistuen saannin ja erilaisen osaamisen sekä taitojen yhdistämisen. (Rantala 2011: 24.) Työparityöskentely ja yhteistyö tukevat vastuun jakamista ryhmän ohjauksessa sekä toiminnallisen osuuden aikana. Työparit täydentävät toistensa osaamista ja tekemistä ohjaustilanteissa. Yhteistyö mahdollistaa syventymistä ryhmätilanteisiin eri tavalla, kun päävastuu ryhmän ohjauksesta ei ole vain yhdellä henkilöllä.

Taidelähtöisessä toiminnassa lopputulema on aina erilainen, vaikka lähtökohdat olisivat alustavasti etukäteen mietittyjä tai toiminnan suhteen olisi asetettu tiettyjä raameja (Rantala 2011: 28). Taidepajoissa näkyy ohjaajien kädenjälki, sillä ohjaajat suunnittelevat toimintaa alusta loppuun. Ryhmässä ikäihmisillä on merkittävä rooli ryhmän yhteishengen luomisessa ja kokonaisuuden rakentumisessa.

Elämys on osa henkilökohtaista ja voimakasta kulttuurista kokemusta, johon sisältyy innokkuutta ja toiminnasta syttymistä. Taidekokemukseen sisältyy tunteita ja tunnesiteen kehittymistä omaa tuotosta kohtaan. Taide-elämys on ihmisen yksilöllinen kokemus. Ihminen voi kokea taiteen yhtenä voimavarana ja saada sitä kautta kokemusta, että pystyy

toteuttamaan itseään toiminnallisesti. (Hyypä – Liikanen 2005: 106.) Taidepajat toivat ikäihmisissä esiin heidän toiminnallisuuden ja aktiivisuuden. Monella alkoi tanssijalka viipattaa kappaleita kuunnellessa ja maalaustuokioiden aikana jokainen keskittyi tarkasti omaan tekemiseensä.

Erilaisten tunnelmien kirjo väritti taidepajakertoja. Niissä koettiin iloja ja meneviä hetkiä musiikin tahdissa, vähän vakavimpia hetkiä muisteltaessa menneitä tai kun syvennyttiin maalaamisen aikana. Ikäihmiset saivat myös toteuttaa itseään taiteellisesti maalatesaan musiikin tahdissa hienoja taideteoksia eri teemojen pohjilta.

Taidepajoissa ikäihmisillä heräsi monenlaisia tunteita. Yksi tärkeimmistä tunteista taidepajoissa oli, se miten ikäihmiset kokivat onnistumisen tunteita taidetoiminnan aikana. He saivat kokea sitä maalaustilanteissa, kun olivat jokaisella kerralla saaneet työnsä päätökseen. Ryhmäläiset kannustivat toinen toistaan, jos joku sattui hieman vähättelemään omia maalausta. Oli hienoa huomata ohjaajina, miten loistavasti ryhmäläiset osoittivat toisiaan kohtaan empatiaa ja kuuntelivat toinen toistaan. Me tulemme taas -kappaleen aikana riemu oli katossa, kun se vei ryhmäläiset lavatanssin maailmaan. Välillä taidepajoissa koettiin myös haikeutta, silloin kun oma koti tuli puheeksi. Ryhmäläiset saivat maalata omaa kotiympäristöä paperille, joka oli kuin terapiaa, kun sai piirtää itselleen rakasta maisemaa.

Luova toiminta ja taidemenetelmät tuovat yksilöille uusia kokemuksia sekä lisäävät voimavaroja arjessa. Iällä ei ole väliä, koska ihminen voi kokea taidetta ja luovuutta vauvasta vaariin. Taidekokemuksien avulla voidaan mahdollistaa hetkellistä irtaantumista arjesta esimerkiksi, kun lähdetään esimerkiksi käymään hoivayhteisöstä taidenäyttelyssä. Vanhusten ryhmissä luovalla toiminnalla edistetään luovuuden kokemista ja lisääntään ryhmän yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Pulkkinen 2003: 155–157.) Taidepajoissa näimme, kuinka ne toivat ikäihmisissä esiin luovuutta, yksilöllisiä taitoja ja mielikuvitusta. He kaikki osasivat käyttää omaa luovuuttaan maalatessa ja mielikuvituksensa avulla värittivät aina tyhjän valkoisen A4-paperin mitä kauneimmiksi teoksiksi.

Taidepajat nostivat ryhmäläisissä esiin muistoja kaikilla kolmella kerralla, kun muisteltiin lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden elämänmenoa. Kaikista kolmesta teemasta jokaisella kerralla tuli esille kodinmerkitys. Vaikka ryhmäkodista yritetään tehdä heille kodintuntuinen paikka, niin silti he eivät kokeneet sitä oikeaksi kodiksi.

Musiikki oli onnistunut idea ottaa mukaan taidepajojen toteutukseen. Oli onnekasta että, jokainen ryhmäläinen tykkäsi musiikista maalaushetkien taustalla. Jokaisella taidepajakerralla he saivat nauttia samaan aikaan kauniista sävelmistä ja maalaamiseen syvennymisestä. Ei pidä olettaa kaikkien tykkäävän musiikista, sillä jokaisella on omat yksilölliset mieltymykset.

Musiikki vaikuttaa ihmisen kehon toimintoihin kuten hermostoon, kivun tuntemukseen ja suorituskykyyn. Se voi vähentää stressiä, alentaa verenpainetta ja rauhoittaa mieltä. Musiikki vaikuttaa ilmapiirin muodostumiseen joko positiivisella tai negatiivisella tavalla. (Hyypä – Liikanen 2005: 146.)

Taideharrastuksien kautta voi syntyä uusia sosiaalisia verkostoja (Väitöstiivistelmät 2003). Taidepajat mahdollistivat sosiaalista kanssa käymistä ryhmäläisten kesken, mikä tuli luonnostaan esille pienryhmässä. Ikäihmisillä osuivat kemiat kohdalleen, he usein vitsailivat keskenään ja kehuivat toistensa maalauksia. Uskomme, että taidepajat antoivat ikäihmisille hienoja kokemuksia ja hetkiä, joita saimme heidän kanssa toteuttaa.

Taidelähtöisiä menetelmien hyötyjen ja toteutuksen arvioinnissa on oleellista pohtia sitä, onko toimintaan käytetty kokonaisuudessaan riittävästi aikaa ja onko prosessi mahdollistanut riittäviä muutoksia. Mikäli toimintaa on liian harvoin, ei taidemenetelmillä tai toiminnalla ole riittäviä vaikutuksia. Muutokset eivät tapahdu nopeasti. Ihanteellista olisi että, toimintaa järjestettäisiin saman kokoonpanon kanssa ja säännöllisin väliajoin ilman kiireen tuntua. Toimintaprosessiin on hyvä kuulua sen seuranta jälkeensä ja loppuun saattaminen. (Rantala 2011: 24.) Työmme oli ulkopuolisten toteuttamaa taidelähtöistä toimintaa, mikä tuotiin osaksi työyhteisön arkea väliaikaisesti. Taidepajat olivat pituudeltaan sopivia, jotta ikäihmisillä oli mahdollisuus pysähtyä toiminnan äärelle. Taidepajat järjestettiin lyhyen ajan sisällä, jotta tapaamisten välinen aika ei ehtinyt venyä liian pitkäksi. Huono puoli tässä oli se että, taidetoiminta loppui, kun työmme tuli päätökseen. Ihanteellista olisi, että tällaista toimintaa järjestettäisiin säännöllisemmin.

Taidetoimintaa järjestettäessä on hyvä pohtia eettisiä näkökulmia ja vastuukysymyksiä. Kuka ottaa vastuun vaikeissa tilanteissa? Taidelähtöisen toiminnan jälkeen hiemankin pohdintaa herättävät tilanteet on hyvä purkaa ja käsitellä yhdessä työyhteisössä. Taidehetkien aikana toiminta saattaa herättää ikäihmisessä esille herkkiä muistoja. Onko tähän varauduttu ja mahdollistuuko ikäihmiselle riittävä tuki tällaisessa tilanteessa? Hen-

kilökunta voi kokea turhautumista, mikäli toiminta aiheuttaa vain lisää työtä heille tai toimintaa ei nähdä edes tärkeänä osana arjen työtä. Taidelähtöisillä menetelmillä voi olla terapeuttisia ominaisuuksia mutta on hyvä tiedostaa, ettei niiden avulla pyritä toteuttamaan terapiaa. (Rantala 2011: 24–25.) Ennen taidepajojen toteuttamista pohdimme mahdollisia riskejä, mitä voisi tapahtua toimintaa järjestettäessä tai taidepajojen aikana. Työyhteisön henkilökunta oli tukenamme, mikäli meillä tuli vastaan kysymyksiä tai pohdintaa herättäviä asioita.

Työssämme halusimme saada ymmärrystä siitä, mitä luova taidetoiminta mahdollistaa ikäihmisille, mitä se antaa heille ja millaisia tunteita se herättää. Näitä työn kysymyksien teemoja nousi esille ikäihmisten reaktioista, kommenteista ja keskustelujen teemoista. Suoria vastauksia kysymyksiin oli haastavaa saada, sillä taidetoiminnan vaikutuksia on vaikeaa mitata, kun lopputulema on usein arvoituksellinen ja ennakoimaton. Ikäihmiset antoivat palautetta niukasti ja useimmiten se oli positiivista. He sanoivat usein taidepajoista, että se oli ”mukavaa toimintaa”. Taidepajojen jälkeen ryhmässä olleet ikäihmiset vaikuttivat kiitollisilta ja levollisilta, mikä osaltaan tuntui ohjaajien näkökulmasta onnistumisena.

7 Pohdinta

Toivoimme opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa, että taidepajat onnistuisivat ja olisivat merkittäviä kokemuksia ikäihmisille. Halusimme panostaa työn toiminnallisen osuuden suunnitteluun ja toteutukseen eniten. Teimme opinnäytetyötä usein kasvotusten, mikä mahdollisti yhdessä työskentelyä ja syvällisempää pohdintaa. Opinnäytetyön suunnitelmia ja työtä jaettiin pienempiin osiin sekä tarpeen mukaan myös erikseen molemmille, jotta työpanos että -vastuu pysyisi tasapuolisena. Prosessin aikana työparina kävimme jatkuvaa vuoropuhelua, erilaisista näkökulmista ja huomioista. Opinnäytetyön aikana huomioimme molempien opiskelijoiden vahvuuksia työskentelyn suhteen, joista on käyty keskustelua jo työtä aloittaessa.

Opinnäytetyö antoi uutta kokemusta luovien menetelmien käytöstä vanhustyössä. Käytännön kokemukset opettavat parhaiten ja näitä uusia oppeja voi hyödyntää myös tulevaisuudessa. Opinnäytetyöprosessi oli opettavainen projekti, joka kehitti innostavaa ja ohjauksellista työtettä sekä vanhustyön osaamista luovasta näkökulmasta. Luovan ryhmätoiminnan materiaalit pyrimme pitämään kustannukseltaan alhaisina, missä onnistuimme hyvin. Saimme kaikki tarvittavat materiaalit maalaamiseen ryhmäkodista mm. pensselit, värit ja paperit. Hankimme itse Mirakle-kortit ja postikortit, mutta ne eivät tuottaneet meille suuria kustannuksia.

Kun tutustuimme alan tietoperustaan kulttuurisesta vanhustyöstä, taidelähtöisistä menetelmistä ja toimintamalleista, saimme taidepajoihin hyvän teoriapohjan. Näkökulmaa antoivat myös erilaiset hankkeet ja projektit, joita on tehty vanhustyössä. Esimerkiksi Osaattori -hankkeesta saimme ymmärrystä vanhustyön ja taidealan ammattilaisten osaamisen yhdistämisestä. Tutkimuksien kautta saatu ymmärrys antoi luottamusta omaan tekemiseen ja luovan toiminnan toteuttamiseen.

Opinnäytetyössä valitsimme toiminnallisen toteutustavan, sillä halusimme tehdä jotain konkreettista ikäihmisten parissa. Tutustuimme toiminnallisen opinnäytetyön aineiston hankintamenetelmiin ja päädyimme opinnäytetyöpäiväkirjan kirjoittamiseen. Opinnäytetyöpäiväkirjassa pystyimme hyvin refleктоimaan ajatuksia työmme toteutuksesta kirjalliseen muotoon. Opinnäytetyöpäiväkirjaa on hyvä kirjoittaa silloin, kun ajatukset ovat vielä tuoreena mielessä. Ajan myötä asiat muokkautuvat ja voivat unohtua, mikä taas vaikuttaa aineiston luotettavuuteen. Hoitajat olivat tervetulleita osallistumaan taidepajoihin,

mikä jäi lopulta toteutumatta. He olisivat tuoneet taidepajoihin monipuolisemman näkökulman opinnäytetyön kannalta.

Opinnäytetyötä suunniteltaessa ja toteuttaessa yllätti se, miten laajaksi kokonaisuudeksi työ voi muodostua. Tämän vuoksi työtä suunniteltaessa ja sen eri vaiheissa oli hyvä huomioida työmäärän sopivat mittasuhteet. Taidepajojen huolellinen suunnittelu vaati paljon aikaa ja taustatyötä. Jo pelkästään työn aiheen rajaaminen oli haastavaa, mutta olennaisen tärkeää jo alusta lähtien ettei siitä muodostuisi liian laajaa kokonaisuutta.

Taidepajoja toteuttaessa oli hienoa huomata, kuinka ikäihmiset nauttivat luovasta taide-toiminnasta ja maalaamisesta. Hoitajat kertoivat, että ryhmän osallistujat olivat aikaisem-minkin harrastaneet maalausta. Ensimmäisen kerran alussa ikäihmiset eivät malttaneet odottaa, että he pääsisivät jo maalaamaan. Jokaisen taidepajan loppuhetkien lähesty-essä tuntui, että ikäihmiset olisivat vieläkin jaksaneet maalata ja aika tuntui kuluvan muu-tenkin nopeasti. Tärkeintä taidepajoissa olivat kuitenkin ikäihmiset, heidän kohtaaminen ja yhdessä tekeminen.

Ryhmäkodin hoitajat valitsivat taidepajoihin ikäihmiset sen perusteella, ketkä olivat ha-lukkaita osallistumaan taidetoimintaan. Sinänsä oli hyvä, että toiminta kohdistui sellaisiin ihmisiin ketkä nauttivat ja saivat hyvää mieltä taidetoiminnasta. Jälkeenpäin on hyvä pohtia, millaista olisi ollut sellaisen ryhmän kanssa, jotka eivät olisi olleet ennen harras-taneet maalausta ja mitä he olisivat voineet saada taidetoiminnasta. Joku olisi voinut saada siitä paljonkin ja mahdollisesti löytänyt uutta mielekästä tekemistä.

On myös hyvä muistaa, ettei jokainen tykkää luovasta toiminnasta ja tämä voidaan myös huomioida heidän kohdalla. Osallistuminen luovaan toimintaan tulee olla vapaaehtoista ja jokaisen yksilön oma valinta sekä päätös, mikä tukee itsemääräämisoikeuden huomi-ointia arjen työssä.

Kulttuurisen vanhustyön ja taidelähtöisen toiminnan aihepiireistä riittää opinnäytetyön to-teuttamiseen aiheita myös tulevaisuudessa. Aiheita löytyy runsaasti ja niiden parissa on mahdollista tehdä erilaisia opinnäytetöitä, kuten tutkimuksellisia tai toiminnallisia opin-näytetöitä. Tämän opinnäytetyön taidepajojen konseptia voi hyödyntää työelämässä esi-merkiksi ikäihmisten harraste- ja ryhmätoiminnassa. Ihmiset saavat opinnäytetyös-tämme tietoa erilaisista luovista taidemenetelmistä ja niiden hyödyntämisestä vanhus-työssä.

Opinnäytetyöstä tuli esille, että luova taidetoiminta voi herättää ikäihmisissä esille luovuutta, yksilöllisiä taitoja ja yhteisöllisyyttä. Luova taidetoiminta vaatii rauhallisen ympäristön, jotta sitä on mahdollista toteuttaa. Maalaustaide tuo esille jokaisen omia kykyjä ja taitoja sekä voimavaroja. Se voi antaa voimaa ja mahdollistaa hengähdyshetkiä arjesta. Ryhmätoiminta mahdollistaa ajatuksien jakamista, muistelua ja sosiaalista yhteyttä toisiinsa.

Luovan taidetoiminnan suunnittelu, järjestäminen ja toteuttaminen olivat ainutkertainen kokemus. Innostus omaa työtä kohtaan mahdollisti luonnollista motivaatiota koko prosessin ajan, vaikka matkaan mahtui paljon myös toiminnan kehittämistä. Toiminnallisen työn avulla saavutimme lisää rohkeutta, luovuutta ja taitojemme kehittymistä. Luovien taidepajojen toteuttaminen antoi enemmän kokemusta pienryhmätoiminnasta ja taiteellisten menetelmien käytöstä osana vanhustyön arkea. Opimme paljon ryhmän ohjauksesta, luovan taidetoiminnan ideoinnista ja maalaustaiteen käytöstä menetelmänä. Näiden kokemusten kautta saimme uusia oivalluksia, taitoja ja osaamista tulevaisuuden varalle.

Lähdeluettelo

Haapala, Arto 2011. Alkusanat. Teoksessa Rönkä, Anu-Liisa – Kuhanen, Ilkka – Liski, Minna – Niemeläinen, Saara – Rantala, Päivi: Taide käy työssä -taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja. 7. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://blogs.helsinki.fi/taika-hanke/files/2009/02/Taide_kay_tyossa.pdf>. Luettu 23.10.2016.

Huhtinen-Hildén, Laura 2013. Kohti luovaa arkea - kulttuurisen vanhustyön mahdollisuuksista ja kehittämishaasteista. Teoksessa Juvonen, Sanna – Leppisaari, Katri – Huhtinen-Hildén, Laura – Lehko, Tuike – Leinonen-Vainio, Marika ym.: Kulttuurinen vanhustyö nyt ja tulevaisuudessa. Tahtoa, toimintaa ja teoriaa. Verkkodokumentti. <http://uusi.osaattori.fi/media/filer_public/2013/11/25/tahtoa_toimintaa_osaattori.pdf>. Luettu 10.11.2015.

Huhtinen-Hildén, Laura 2015. Kohti luovaa arkea - kulttuurinen vanhustyö asiakaslähtöisessä toimintakulttuurissa. Verkkodokumentti. <http://www.helsinki.fi/kaupunkitutkimus/dokumentit/Kickoff05022015/esitykset/HUHTINEN-HILDEN_Kohti_luovaa_arkea.pdf>. Luettu 20.1.2016.

Hyypä, Markku T. 2013. Kulttuuri pidentää ikää. Helsinki: Duodecim

Hyypä, Markku T. – Liikanen, Hanna-Liisa 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita Prima Oy.

Ilmari Helanderin vanhusten säätiö 2016. Ilmari Helanderin Vanhusten Säätiö. <<http://www.ilmarihelanderinvanhustensaatio.fi/cms/saeaeioe/organisaatio-info>>. Luettu 15.4.2016.

Ilmari Helanderin vanhusten säätiö 2016. Haagan Helander-koti. <<http://www.ilmarihelanderinvanhustensaatio.fi/cms/palvelukodit/haagan-helander-koti>>. Luettu 15.4.2016.

Kupiainen, Jari – Sevänen, Erkki 1996. Kulttuurintutkimus - johdanto. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Lehko, Tuike 2013. Taidetta tunteen vuoksi - Tarinoita taiteen ja vanhustyön kohtaamisista. Osaattori ja Lasipalatsin Mediakeskus Oy. Verkkodokumentti. <http://uusi.osaattori.fi/media/filer_public/2013/12/16/taidetta_tunteen_vuoksi.pdf>. Luettu 13.5.2016.

Liikanen, Hanna-Liisa 2004. Taide kuntoutumista edistävän hoitotyön ulottuvuutena. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa – Voutilainen, Päivi: Dementoituvan ihmisen kuntoutuksen lupaus. Helsinki: Sanoma Pro Oy. 63–73.

Nieminen, Kirsti 2011. Kohtaamiskeskusteluista taidelähtöiseen työskentelyyn. Teoksessa Rönkä, Anu-Liisa – Kuhanen, Ilkka – Liski, Minna – Niemeläinen, Saara – Rantala, Päivi: Taide käy työssä -taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja. 35–36. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://blogs.helsinki.fi/taika-hanke/files/2009/02/Taide_kay_tyossa.pdf>. Luettu 29.10.2016.

Pulkkinen, Pirkko 2003. Kuvallinen ilmaisu. Teoksessa Marin, Marjatta – Hakonen, Sinikka: Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus. 155-160.

Pusa, Tiina 2012. Harmaa taide. Taiteen ja vanhuuden merkityssuhteita. Helsinki: Aalto-yliopisto.

Rantala, Päivi 2011. Taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöihin: prosessianalyysi. Teoksessa Rönkä, Anu-Liisa – Kuhanen, Ilkka – Liski, Minna – Niemeläinen, Saara – Rantala, Päivi: Taide käy työssä -taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja. 16–29. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://blogs.helsinki.fi/taika-hanke/files/2009/02/Taide_kay_tyossa.pdf>. Luettu 24.10.2016.

Rosenlöf, Anna-Mari 2014. Rakenteita ratkomassa. Kulttuurisen seniori- ja vanhustyön käytäntöjä ja toimintamalleja. Helsinki: Taiteen edistämiskeskus. Julkaistu myös verkko-dokumenttina. <https://issuu.com/rakenteitaratkomassa/docs/rakenteitaratkomassa_2ee04e26e63a58>. Luettu 27.4.2016.

Routasalo, Pirkko – Toivonen, Heini – Rautiainen, Miika 2013. Hyvä arki vanhukselle - Voimavarojen aktivoiminen taidelähtöisillä menetelmillä. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 154. Verkkodokumentti. <<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163547.pdf>>. Luettu 28.4.2016.

Rönkä, Anu-Liisa – Kuhalampi, Anja 2011. Johdanto. Teoksessa Rönkä, Anu-Liisa – Kuhanen, Ilkka – Liski, Minna – Niemeläinen, Saara – Rantala, Päivi: Taide käy työssä -taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarja. 10–13. Saatavilla myös sähköisesti osoitteessa: <http://blogs.helsinki.fi/taika-hanke/files/2009/02/Taide_kay_tyossa.pdf>. Luettu 23.10.2016.

Vilkka, Hanna – Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Väitöstiivistelmät 2003. Vk 33/03 Liikanen, Hanna-Liisa: Sosiaalipolitiikka: Taide kohtaa elämän. Verkkodokumentti. <<http://notes.helsinki.fi/halvi/tiedotus/vanhatvaitokset.nsf/0/88a5abe62e214614c2256e04002dc75b?OpenDocument>>. Luettu 21.10.2016.

Saatekirje

Heidi Nilimaa & Tiia Komppa
Geronomiopiskelijat SV13S1
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Saatekirje

28.1.2016

Hei,

olemme saaneet ainutlaatuisen tilaisuuden toteuttaa opinnäytetyömme Ilmari Helanderin säätiössä ja tässä ryhmäkodin yhteisössä.

Olemme Heidi ja Tiia, viimeisen vuoden geronomiopiskelijoita Metropoliaa. Meidän opinnäytetyön aiheena on luovuus ja ikäihmisille järjestettävä taidetoiminta. Suunnittelemme ja järjestämme luovia taidepajoja ryhmäkodin ikäihmisille ja henkilökunta on myös tervetullut osallistumaan mukaan. Taidepajat järjestetään kolme kertaa ja sopivat päivät näille sovitaan tarkemmin alkukevään aikana.

Toiveena on, että taidepajojen osallistujat pysyvät samana, sillä haluamme nähdä syvemmin, millaisia vaikutuksia luovalla toiminnalla on ikäihmisille. Taidepajat pidetään pienryhmätoimintana ja sopiva osallistujamäärä on neljä henkilöä. Taidepajoihin osallistuminen on vapaaehtoista ja työtä varten ei kerätä osallistujien henkilökohtaisia tietoja lainkaan. Haluamme työhön monipuolista näkökulmaa ja sen vuoksi myös henkilökuntaa toivotaan taidepajoihin. Näiden jälkeen järjestämme mahdollisuuksien mukaan henkilökunnan ja opiskelijoiden välisen palautekeskustelun.

Haluamme kiittää teitä jo etukäteen tästä mahdollisuudesta ja vastaamme kysymyksiin, mikäli haluatte tietää lopputyöstä tarkemmin.

Ystävällisin terveisin,
Heidi Nilimaa ja Tiia Komppa

Tutkimuslupa-anomus

Heidi Nilimaa ja Tiia Komppa
Geronomiopiskelijat, SV13S1
Vanhustyön koulutusohjelma
Metropolia ammattikorkeakoulu

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

10.2.2016

Ilmari Helanderin säätiö, Haagan Helander-koti
Johtaja Rina Salminen
Mäkipellontie 22 C
00320 Helsinki

Opiskelemme Helsingin Metropolia ammattikorkeakoulussa geronomeiksi, vanhustyön koulutusohjelmassa ja olemme tekemässä toiminnallista opinnäytetyötä. Opinnäytetyön tavoitteena on pohtia luovien taidepajojen vaikutuksia ikäihmisten ryhmätöinnässä. Opinnäytetyö toteutetaan keväällä 2016 Ilmari Helanderin säätiön Haagan Helmi-kodissa.


Opinnäytetyömme aiheena on kulttuurinen vanhustyö, jonka alakäsitteenä on tarkennettuna ikäihmisten luova taidetoiminta. Järjestämme kolme taidepajaa Helmi-kodin asukkaille. Taidepajat pyritään suunnittelemaan voimavaraletoisesti. Taidepajoissa teemana on ihmisen elämäntaari. Taidepajoja varten muodostetaan ikäihmisten pienryhmä.

Opinnäytetyössä huomioidaan eettisiä ohjeita ja näkökulmia niin työn suunnittelussa, toteuttamisessa sekä lopullisessa raportoinnissa. Opinnäytetyössä ei kerätä asiakkaiden henkilökohtaisia tietoja.


Pyydämme lupaa toteuttaa opinnäytetyömme Ilmari Helanderin säätiössä Haagassa.

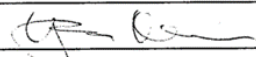
Opinnäytetyön tekijöiden päiväys, allekirjoitus ja nimenselvennys: 11.2.2016


Tiia Komppa


Heidi Nilimaa

Tutkimusluvan hyväksyjien päiväys, allekirjoitus ja nimenselvennys:

17.2.2016 Helsinki

RINA SALMINEN

17.2.2016 Helsinki

JARI HATTARI

Liite: Tutkimussuunnitelma

Taidepajojen tuotokset kuvina



Kuva 1. Ensimmäisessä taidepajassa aiheina oli lapsuuden kotiseutumaisema.



Kuva 2. Toisessa taidepajassa maalattiin postikorttien pohjalta.



Kuva 3. Kolmannessa taidepajassa maalauksen aihe oli vapaa.